

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELOMPOK SEBAYA
DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN RESILIENSI
PADA REMAJA**

SKRIPSI

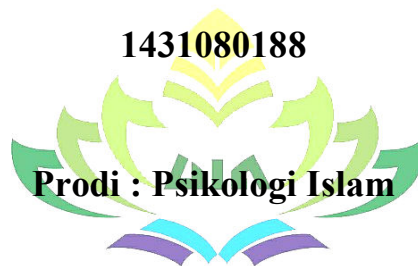
**Disusun Untuk Memenuhi Sebagai Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) Pada Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung**



Oleh :

WURI WAHYUNI

1431080188



Prodi : Psikologi Islam

Pembimbing : I Drs. M. Nursalim Malay, M.Si.

Pembimbing : Annisa Fitriani, S.Psi.MA.

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
BANDAR LAMPUNG**

1439 H / 2018 M

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELOMPOK SEBAYA DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN RESILIENSI PADA REMAJA

Oleh :
Wuri Wahyuni

Pada penelitian ini di latar belakangnya adanya pemikiran bahwa dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional memiliki hubungan terhadap resiliensi pada remaja. Dimana remaja yang mendapatkan dukungan dari kelompok sebaya dan memiliki kecerdasan emosional akan menjadi remaja yang lebih percaya diri dan dapat memahami perasaan diri sendiri maupun oranglain sehingga remaja akan mampu menghadapi segala kesulitan atau tantangan kehidupan dengan lebih baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja di SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI dan sampel terdapat pada kelas XI IPA 2 berjumlah 40 siswa dan IPS 1 berjumlah 38 siswa. Jadi, jumlah total sampel adalah 78 siswa. Metode pengambilan sampel yaitu *Cluster Random Sampling*. Metode pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala model *Likert* yaitu skala dukungan kelompok sebaya, skala kecerdasan emosional dan skala resiliensi. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan teknik regresi berganda (*Multiple Regression*) dengan bantuan program SPSS 16.0.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa :

- 1) $R_{x1.2-y} = 0,874$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti adanya hubungan sangat signifikan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi dan memberikan sumbangan efektif sebesar 76,46% terhadap resiliensi pada remaja.
- 2) $r_{x1-y} = 0,840$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti adanya hubungan sangat signifikan antara dukungan kelompok sebaya dengan resiliensi dan memberikan sumbangan efektif sebesar 36,20% terhadap resiliensi pada remaja.
- 3) $r_{x2-y} = 0,846$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti ada hubungan sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi dan memberikan sumbangan efektif sebesar 40,26% terhadap resiliensi pada remaja.

Kata Kunci : *Dukungan Kelompok Sebaya, Kecerdasan Emosional, Resiliensi*

PEDOMAN TRANSLITERASI

Mengenai *Transliterasi* Arab-Latin ini digunakan sebagai pedoman Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 Tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/1987, sebagai berikut :

1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	ذ	Dz	ظ	Zh	م	M
ب	B	ر	R	ع	(Koma terbalik di atas)	ن	N
ت	T	ز	Z			و	W
ث	Ts	س	S	غ	Gh	ه	H
ج	J	ش	Sy	ف	F	ء	(Apostrof, tetapi tidak dilambangkan apabila terletak di awal kata)
ح	<u>H</u>	ص	Sh	ق	Q		
خ	Kh	ض	Dh	ك	K		
د	D	ط	Th	ل	L	ي	Y

2. Vokal

Vokal Pendek	Contoh	Vokal Panjang	Contoh	Vokal Rangkap
اَ -----	جَدَلْ	اَ -----	سَارَ	آي... Ai
إِ -----	سَدِلْ	يِ -----	قِيلَ	أُو... Au
وُ -----	ذَكِرَ	وُ -----	يَجُورَ	

3. Ta Marbutah

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasroh dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalbah, Raudhah, Jannatu al-Na'im.

4. Syaddah dan Kata Sandang

Dalam transliterasi, tanpa syaddah dilambangkan dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : Nazzala, Rabbana. Sedangkan kata sandang “al”, baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : al-Markaz, al-Syamsu.



PERNYATAAN ORISINALITAS

Assalamualaikum, wr.wb.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Wuri Wahyuni

NPM : 1431080188

Prodi : Psikologi Islam

Menyatakan bahwa SKRIPSI yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN KELOMPOK SEBAYA DAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN RESILIENSI PADA REMAJA” adalah benar-benar hasil karya sendiri dan tidak ada unsur plagiat. Kecuali beberapa bagian yang disebutkan sebagai rujukan di dalamnya. Apabila dikemudian hari dalam skripsi ini ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan tersebut, maka seluruhnya menjadi tanggung jawab saya hanya menerima segala sanksi sebagai akibatnya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya.

Wassalamualaikum, wr.wb.



2018

Wuri Wahyuni
NPM. 1431080188

MOTTO

قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ
يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ ﴿٥٣﴾

Katakanlah: "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa[1314] semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang"

Az-Zumar ; 53



PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur atas keesaan Allah SWT, dengan semua pertolongan-Nya sehingga dapat tercipta karya tulis ini. Maka kupersembahkan Skripsi ini kepada orang-orang yang tercinta dan tersayang diantaranya :

1. Ibu dan Ayah tercinta yang telah merawat dan mendidiku dengan penuh kelembutan, kasih sayang dan ketulusan. Do'a Ibu dan Ayah yang menjadikanku bersemangat dalam mencapai keberhasilan studiku. Berkat do'a keduanyalah sehingga aku dapat menyelesaikan kuliah ini. Semoga semua ini merupakan hadiah terindah untuk Ibu dan Ayahku tercinta.

Terimakasih banyak Ibuku (Lasiyem) dan Ayahku (Amad Supiani) aku sangat menyayangi kalian.

“Ya Allah mohon ampunilah segala dosa Ibu dan Ayahku, limpahkan segala rahmat, nikmat serta ridho-Mu”.

2. Kakakku tersayang (Feri Wahdani) dan adikku tersayang (Tri Febi Lestari) yang selalu memberikan motivasi dan nasehat-nasehat luar biasanya.
3. Mas Zayn Ali Saleh Mahfud yang telah setia mendo'akan, tak pernah lelah mengingatkan ibadah di tengah kesibukan skripsi.
4. Almamater tercinta UIN Raden Intan Lampung.

RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Desa Soponyono, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus, pada tanggal 01 November 1994. Nama lengkap Wuri Wahyuni anak dari buah cinta kasih pasangan Bapak Amad Supiani dengan Ibu Lasiyem. Peneliti merupakan anak kedua dari tiga bersaudara.

Menyelesaikan pendidikan dasarnya di SDN 01 Wonosobo pada (tahun 2007), pendidikan lanjutan di SMP Muhammadiyah 03 Wonosobo pada (tahun 2010), dan SMK Bumi Nusantara Wonosobo pada (tahun 2012). Ketiganya dijalani dan diselesaikan dengan lancar. Kemudian pada tahun 2014 baru melanjutkan pendidikan ke UIN Raden Intan Lampung Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama dengan mengambil program studi Psikologi Islam.

Pengalaman organisasi peneliti selama menjadi mahasiswa UIN Raden Intan Lampung : Anggota HIMAPSI (Himpunan Mahasiswa Psikologi) tahun 2015-2017. Anggota Bidang Kaderisasi UKMF SALAM tahun 2015.



Bandar Lampung,
Peneliti

Wuri Wahyuni
NPM. 1431080188

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmannirrohim

Alhamdulillahirrabbi'l'amin, segala puji bagi Allah tiada kata yang paling indah kecuali untaian rasa syukur kehadiran Allah Subhanallahuawata'ala yang telah memberikan nikmat yang tak terhingga baik nikmat iman, kesehatan akal dan jasmani sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna sehingga membutuhkan saran dan kritik yang membangun, begitu juga selesainya penulisan skripsi ini berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Bapak Dr. H. Arsyad Sobby Kusuma, Lc., M. Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
3. Bapak Dr. Sudarman, M.Ag. selaku wakil dekan II Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan sekaligus pembimbing akademik, terimakasih atas kesabaran dan keikhlasan untuk meluangkan waktunya serta segala nasihat-nasihat dan motivasi yang diberikan kepada penulis.
4. Ayahanda Drs. M. Nursalim Malay, M.Si. selaku pembimbing I, terima kasih atas ilmu dan bimbingan yang diberikan kepada penulis.

5. Ibunda Annisa Fitriani, S.Psi.,M.Si.selaku pembimbing II, terima kasih atas ilmu dan bimbingannya yang diberikan kepada penulis.
6. Seluruh dosen dan staf Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, terima kasih atas doa dan dukungannya.
7. SMA Gajah Mada Bandar Lampung, kepada BapakMaryadi Saputra, S.E.,M.M. dan Bapak Muhammad Ali, S.Pd. terimakasih atas kesempatan dan bantuan yang diberikan selama penelitian.
8. Sahabat-sahabat seperjuangan mahasiswa psikologi angkatan 2014, sahabat fillah Fitriyatul Ula, Zakiyatul Masriah,Ceria Pertiwi, Nurul Desfajaya dan Siti Azizah terima kasih atas kebersamaan hangat dalam setiap detik keceriaan.
9. Teman-teman seperjuangan KKN kelompok 05 tahun 2017, Sodik, Habib, Yogi, Fery dan Sinta, Urbak, Gita, Fernita, Nevi, Titik, Regita.
10. Teruntuk sahabat UKMF SALAM dan sahabat Kosan Salihah (Uni Ari, Reliya, Annida, Emi, Flor, Fitri, Linda, Fatin, Wulan, Fitri) terima kasih atas kebersamaan dalam perjuangan selama ini. Kemudiantak lupa juga ku ucapkan banyak terima kasih kepada Mas. Hanif Bachtiar atas semangat, dukungan, motivasi dan segala nasehat yang diberikan.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan keberkahan. Semoga karya sederhana yang jauh dari kata sempurna ini dapat memberi manfaat bagi kita semua. *Amin Ya Robbal 'alamin.*

Bandar Lampung,
Peneliti

Wuri Wahyuni
NPM. 1431080188



DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PEDOMAN TRANSLITERASI	v
PERNYATAAN ORISINALITAS	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	10
C. Manfaat Penelitian.....	11



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi	12
1. Pengertian Resiliensi	12
2. Faktor-Faktor Resiliensi	14
3. Karakteristik Individu yang Resilien.....	17
4. Dimensi Resiliensi Remaja.....	25
5. Aspek-aspek Resiliensi.....	28

B. Dukungan Kelompok Sebaya	34
1. Pengertian Dukungan Kelompok Sebaya	34
2. Fungsi Dukungan Kelompok Sebaya	36
3. Ciri-ciri Dukungan Kelompok Sebaya	38
4. Aspek-aspek Dukungan Kelompok Sebaya.....	39
5. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Kelompok Sebaya.....	40
C. Kecerdasan Emosional	41
1. Pengertian Kecerdasan Emosional	41
2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional.....	43
3. Faktor-faktor Kecerdasan Emosional.....	47
4. Kategori Kecerdasan Emosional	48
D. Peran Dukungan Kelompok Sebaya dan Kecerdasan Emosional Dalam Mengembangkan Resiliensi Pada Remaja	49
1. Peran Dukungan Kelompok Sebaya dan Kecerdasan Emosional Terhadap Resiliensi Pada Remaja	49
E. Kerangka Berpikir	55
F. Hipotesis	57

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian	58
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	58
C. Subjek Penelitian.....	60
D. Metode Pengumpulan Data	61
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Pengumpul Data.....	64
F. Metode Analisis Data	66

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kacah dan Persiapan	67
1. Orientasi Kacah.....	67
2. Persiapan Penelitian	69

B. Pelaksanaan Penelitian	70
1. Pengumpulan Data	71
2. Pelaksanaan Skoring.....	71
C. Hasil Penelitian	72
1. Uji Instrumen	72
2. Deskripsi Data.....	76
3. Analisis Data.....	78
D. Pembahasan	83

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	88
B. Saran.....	88

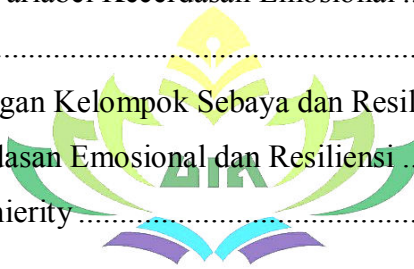
DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 <i>Blue Print</i> Aspek Dukungan Kelompok Sebaya.....	63
Tabel 2 <i>Blue Print</i> Kecerdasan Emosional	64
Tabel 3 <i>Blue Print</i> Aspek Resiliensi.....	65
Tabel 4 Populasi Penelitian	62
Tabel 5 Uji Validitas Skala Dukungan Kelompok Sebaya	74
Tabel 6 Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional	75
Tabel 7 Uji Validitas Skala Resiliensi	76
Tabel 8 Reliabilitas Skala Dukungan Kelompok Sebaya	77
Tabel 9 Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional	77
Tabel 10 Reliabilitas Skala Resiliensi.....	77
Tabel 11 Deskripsi Data Penelitian	78
Tabel 12 Kategorisasi Nilai Variabel Resiliensi.....	78
Tabel 13 Kategorisasi Nilai Variabel Dukungan Kelompok Sebaya	79
Tabel 14 Kategorisasi Nilai Variabel Kecerdasan Emosional	79
Tabel 15 Uji Normalitas.....	80
Tabel 16 Uji Linierity Dukungan Kelompok Sebaya dan Resiliensi	81
Tabel 17 Uji Linierity Kecerdasan Emosional dan Resiliensi	82
Tabel 18 Hasil Uji Multikolinierity	83



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I Tabulasi Data
- Lampiran II Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran III Hasil Uji Asumsi
- Lampiran IV Analisis Deskriptif
- Lampiran V Hasil Uji Hipotesis
- Lampiran VI Skala Penelitian
- Lampiran VII Surat Kesiediaan Pembimbing
- Lampiran VIII Surat Izin Penelitian
- Lampiran IX Lembar Konsultasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Istilah resiliensi berasal dari kata Latin *resilire* yang artinya melambung kembali. Pada awalnya istilah ini digunakan dalam konteks fisik atau ilmu fisika. Resiliensi berarti kemampuan individu untuk bangkit kembali dari suatu keadaan yang sulit, kembali ke bentuk semula setelah dibengkokkan, ditekan, atau diregangkan. Bila digunakan sebagai istilah psikologi resiliensi adalah kemampuan manusia untuk cepat pulih atau bangun dari perubahan, kesengsaraan, beban hidup, penderitaan atau kesulitan. (Desmita, 2010)

Resiliensi memiliki pengertian yaitu sebagai suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk bangkit kembali dari segala pengalaman emosi negatif dan kemudian kemampuan untuk menjadi diri yang pandai beradaptasi secara fleksibel terhadap keinginan-keinginan yang terus berubah dari pengalaman-pengalaman stres (Ong dkk., 2006; Tugade & Fredericson, dkk., 2003).

Menurut Grotberg (dalam Desmita, 2010) resiliensi merupakan kesanggupan seseorang untuk mengatasi, memperbaiki, menilai serta meningkatkan kemampuan agar dapat membangkitkan diri dari segala kesulitan, kesengsaraan, kesusahan ataupun keterpurukan dalam hidup. Setiap manusia pasti memiliki problematika hidup, seseorang hidup di dunia ini tidak ada yang tidak memiliki permasalahan.

Sebuah daya lentur (resiliensi) merupakan salah satu istilah baru dalam ranah ilmu psikologi terutama dalam bidang psikologi perkembangan. Paradigma

resiliensi didasari oleh sebuah pandangan kontemporer yang muncul dari ranah psikiatri, psikologi dan sosiologi terkait bagaimana anak, remaja, dan orang dewasa bangkit dari kondisi stres, trauma dan segala resiko yang dihadapi dalam kehidupan mereka (Desmita, 2006).

Jika dibahas dalam konteks Islam resiliensi di istilahkan dengan ikhtiar, bahwasanya tidak ada satupun orang didunia ini yang tidak diberi masalah oleh Allah. Demikianlah Al-Quran sebagai petunjuk umat-Nya dan merupakan kitab yang mengatur kehidupan manusia. Al-Quran telah menerangkan tentang bangkit dari keterpurukan (resiliensi) berikut ini :

Dalam QS Al Baqarah ayat 286 Allah SWT berfirman :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Artinya : "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): "Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau hukum Kami jika Kami lupa atau Kami tersalah. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau bebankan kepada Kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan Kami, janganlah Engkau pikulkan kepada Kami apa yang tak sanggup Kami memikulnya. beri ma'afilah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong Kami, Maka tolonglah Kami terhadap kaum yang kafir."

Berbicara lebih jauh mengenai kehidupan terutama yang dialami oleh remaja, kehidupan masa kini remaja mempunyai tantangan dalam hidup yang cukup sulit dan tidak mudah, dan lebih sering menghadapi tuntutan dan harapan yang lebih kompleks dibandingkan dengan kehidupan remaja generasi terdahulu

(Feldman, 2000). Apabila sebuah harapan dan tuntutan yang dihadapi oleh remaja tidak selaras dan tidak seimbang, hal tersebut akan mengakibatkan terjadinya konflik dalam diri remaja tersebut (Hurlock, 2009).

Santrock (2011) menyatakan bahwa perubahan secara biologis yang terjadi pada masa remaja adalah percepatan pertumbuhan, perubahan hormonal, serta kematangan seksual yang ditandai dengan pubertas. Remaja akan mengalami peningkatan dalam pola berpikir abstrak dan logis bila di tinjau dari segi kognitif. Sedangkan dalam segi sosio-emosional seorang remaja akan mencari kebebasan, lebih sering mengalami konflik dengan orang tua dan saudara, dan memiliki keinginan untuk lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya. Remaja juga menyatakan mereka lebih mengandalkan teman daripada orang tua untuk memenuhi kebutuhan kebersamaan, meyakinkan harga diri, dan untuk keakraban Furman & Buhrmester (dalam Santrock, 2003). Remaja akan belajar tentang apakah hal yang mereka lakukan lebih baik, sama baiknya, atau bahkan lebih buruk dari apa yang dilakukan remaja lain. Untuk mempelajari hal ini di rumah akan sangat sulit karena biasanya saudara kandung berusia lebih tua atau lebih muda (Santrock, 2003).

Wong et al. (2008, dalam Pricillia Risca Pah, 2016) menyatakan bahwa dalam status kematangan emosional remaja masih sangat abstrak atau remaja masih belum memiliki kemampuan dalam mengendalikan emosi maka dari itu emosi remaja cenderung masih mudah berubah-ubah. Dalam hal ini sering dikatakan bahwa remaja adalah individu yang labil atau tidak konsisten.

Hall (dalam Santrock, 2003) mengatakan bahwa emosi remaja pada usia 12-23 tahun akan mengalami badai dan stres. Terkadang remaja akan merasa sangat bergairah ketika bekerja kemudian tiba-tiba akan berubah merasa lesu. Remaja sering mengalami hal dimana kebahagiaan atau kesenangan yang di rasakan akan di ekspresikan secara berlebihan. Namun, hal itu juga dapat bertukar dengan rasa sedih yang berlebihan. Rasa percaya diri yang berganti dengan rasa ragu-ragu yang berlebihan. Kemudian banyaknya kebimbangan dalam hal pengambilan keputusan atau dalam menentukan cita-cita.

Suatu penelitian mencatat bahwa remaja yang berusia lebih tua memiliki kemampuan mengambil keputusan yang lebih baik daripada yang berusia lebih muda (Lewis, 1981). Kemampuan untuk membuat keputusan yang tepat tidaklah menjamin bahwa hal tersebut akan selalu dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, dimana keluasan pengalaman juga ikut berperan (Jacobs & Potenza, 1990; Keating, 1990a). Remaja membutuhkan lebih banyak kesempatan untuk melatih dan membahas pengambilan keputusan yang realistis. Banyak keputusan dalam dunia nyata diambil dalam situasi stress yang mengandung faktor pelibatan emosional. Maka dalam hal itu dapat mengakibatkan remaja kesulitan dalam beradaptasi pada suatu lingkungan masyarakat.

Sangat sulit bagi remaja untuk dapat beradaptasi dengan baik sehingga hal tersebut dapat mendorong remaja melakukan hal-hal yang menyimpang. Dalam keadaan seperti itu seorang remaja akan mudah tergiur dengan pergaulan bebas dan lambat laun tanpa adanya dukungan dari teman maupun orang-orang disekitarnya, semangat belajarnya pun akan menurun. Kecerdasan emosional juga merupakan

faktor yang penting bagi perkembangan resiliensi pada remaja. Seligman (dalam Goleman, 2001) mengungkapkan bahwa remaja yang cerdas emosinya akan bersikap optimis, bahwa segala sesuatu dalam kehidupan dapat teratasi kendati ditimpa kemunduran atau frustrasi. Remaja yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai masalah atau tantangan yang muncul dalam hidupnya.

Dimana hasil penelitian Gottman (1997) menunjukan fakta bahwa pentingnya kecerdasan emosional dalam berbagai aspek kehidupan. Mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain dan meningkatkan resiliensi. Kecerdasan emosional begitu penting untuk dimiliki oleh remaja, karena cenderung remaja merupakan individu yang tidak konsisten dan labil, bimbang dalam pengambilan keputusan dan mudah terpengaruh oleh faktor teman sebaya dan lingkungan. Hal tersebut dapat menjadikan mereka individu yang mengabaikan pentingnya pendidikan dan lebih menikmati kehidupan yang bebas. Lonjakan emosi inilah yang memicu terjadinya kenakalan remaja yang dapat membahayakan diri remaja itu sendiri dan orang lain.

Banyaknya peristiwa kenakalan remaja yang sering terjadi, Tribun Lampung (2016) yang memberitakan kasus pembunuhan remaja yang berstatuskan pelajar SMA di Bandar Lampung. Kasus empat remaja yang telah membunuh teman sekolahnya sendiri dengan aksi 107 tusukan di sekujur tubuh korban. Kasus tersebut setelah di usut oleh pihak berwajib ternyata motif pembunuhan tersebut akibat kecemburuan terhadap mantan pacar.

Tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan. Namun, benar juga bila sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. Misalnya, masalah yang berhubungan dengan percintaan merupakan masalah yang pelik pada periode ini. Salah satu contoh kasus yang pernah terjadi dan berita tersebut dilansir melalui media massa detiklampung.com (2013) bahwa terjadinya tawuran antar sekolah SMA di Bandar Lampung. Tawuran pelajar tersebut terjadi hanya karena masalah sepele akibat salah *SMScewek*. Akibat kecemburuan dari mantan pacar *cewek* tersebut akhirnya timbul percakapan saling mengancam. Hal ini terjadi karena meluapnya emosi remaja yang tidak dapat dikontrol dan tidak berpikir panjang dalam menanggapi atau menyelesaikan suatu masalah. Meskipun emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampaknya irasional, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosional (Harlock, 2009).

Beberapa kasus terkait kenakalan remaja akibat dari peluapan emosi yang tidak terkendali terjadi pada suatu peristiwa yang dilansir oleh Infokyai.com (2017) bahwa berita yang beredar adalah isu anak tenar di SMA 10 Bandar Lampung. Peristiwa isu ini terjadi karena adanya konflik lama yang terjadi antara L dan R di sekolah tersebut, pada awalnya R menuduh bahwa L mencuri HP miliknya dan berita tersebut disebarakan melalui akun media sosial R. Karena L merasa emosi dan kesal nama baiknya di lecehkan oleh R. Akhirnya L membalas dendam dengan menyebarkan isu melalui akun media sosialnya bahwa R telah melakukan aborsi dan membuang bayi. Sehingga isu tersebut menyebar dan menjadi viral di media

sosial. Setelah beberapa waktu wartawan menelusuri kebenaran kasus tersebut dan ternyata memang isu dan berita semua yang beredar adalah *hoax*. Semua itu dilakukan semata karena meluapkan rasa emosi dan tanpa berpikir panjang siswi remaja tersebut hilang kendali dan menyebarkan isu yang membuat semua kerabat dan masyarakat resah akan berita itu.

Melihat dari fakta yang terjadi masa remaja memang masa yang sangat bergejolak, hal kecil dapat dengan mudahnya menjadi perkara besar akibat emosi yang tidak terkendali. Salovey & Mayer (dalam Goleman 2001) mendefinisikan kecerdasan emosional adalah sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan diri sendiri dan orang lain serta menggunakan perasaan-perasaan tersebut untuk memandu pikiran dan tindakan dalam menghadapi persoalan. Remaja yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi ketika mengalami kesulitan maupun berada dalam kondisi yang menekan, akan lebih cepat bangkit kembali serta dapat melakukan hal yang lebih baik lagi (Aulia 2015). Namun, remaja yang memiliki kecerdasan emosional rendah maka remaja akan kesulitan menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Permasalahan yang terjadi pada kehidupan remaja dan mengakibatkan adanya tekanan yang dirasakan, hal itu dapat memicu remaja untuk lari dari masalah dan menghindari setiap masalah dengan merokok ataupun menggunakan obat-obatan terlarang. Menurut Tuakli (1990) di dalam studi Mirnet bahwa perilaku merokok diawali oleh rasa ingin tahu dan pengaruh teman sebaya. Smet (1994) menyatakan bahwa merokok terjadi akibat pengaruh lingkungan sosial. Adapun *Modeling* (meniru perilaku orang lain) menjadi salah satu determinan dalam

memulai perilaku merokok (Sarafino, 1994). Oleh karena itu resiliensi di usia remaja ini sangatlah penting dimiliki agar tidak terjadi suatu hal yang tidak diinginkan, misalnya seperti contoh remaja merokok, membolos dan perilaku lainnya yang telah dipaparkan diatas.

Melihat dari kondisi dan banyaknya kasus yang terjadi dalam kehidupan remaja memang sangat memprihatinkan seperti beberapa kasus yang telah dipaparkan di atas, mengharuskan remaja dituntut untuk memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dan menjadi remaja yang memiliki pertahanan diri yang kuat. Garg dan Rastogi (2009) menyatakan bahwa remaja yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan meningkatkan resiliensi dan menentukan keberhasilan remaja di masa yang akan datang.

Resiliensi merupakan adaptasi positif individu dalam menghadapi masalah atau risiko. Sedangkan Winarsih, (2006) mengatakan individu yang mampu menanggulangi kesulitan hidup, membangun kembali kehidupannya dengan kata lain resiliensi adalah kapasitas atau kemampuan untuk mentransformasi diri dengan cara yang positif.



Oleh sebab itu dengan adanya resiliensi seseorang akan dapat terbantu mengatasi kesulitan-kesulitan hidup. Hubungan teman sebaya juga memberikan arti penting terhadap resiliensi individu. Desmita (2010) menyebutkan bahwa untuk membangun resiliensi siswa di sekolah adalah dengan memperkuat hubungan diantara individu dan pribadi prososial. Bila siswa dapat bergaul dengan baik, biasanya mereka juga menunjukkan perilaku dan sikap yang positif dan saling membantu.

Mereka juga saling memberikan dorongan dalam belajar, saling memberikan saran, dan saling menolong. Selain itu hubungan yang baik akan mendorong perilaku siswa yang positif seperti kerja sama, tolong menolong, dan saling menghormati. Sehingga bagi remaja yang terpuruk akan merasa terbantu dengan adanya dukungan kelompok teman sebaya dan remaja tersebut mampu kembali untuk menjalani aktivitas sehari-harinya secara sehat.

Hasil wawancara dengan beberapa siswa SMA di Bandar Lampung diperoleh informasi bahwa kasus-kasus yang terjadi di sekolah meliputi konflik anak dan orang tua, merokok, membolos, pengaruh buruk dari teman, dan dengan kelompok teman-teman di sekolah lain. Kondisi tersebut membutuhkan tingkat resiliensi yang tinggi dari siswa agar dapat menghadapi berbagai permasalahan secara positif. Kondisi dukungan kelompok sebaya yang terjadi di salah satu SMA di Bandar Lampung ini menurut hasil wawancara sangat beragam yaitu ada siswa yang membentuk kelompok atau yang biasa disebut *gang*, ada juga yang memisahkan diri dari teman-temannya.

Rasa malu atau minder dan tidak percaya diri dikarenakan merasa tidak gaul, penampilan yang culun dan merasa bodoh di dalam kelas cenderung saat ini menjadi pemicu aksi *bullying*. Maraknya beberapa kasus di sekolah-sekolah Bandar Lampung tidak hanya remaja di tingkat SMA namun remaja awal yang masih duduk di bangku SMP pun kerap kali menjadi korban / pelaku kasus aksi *bully*. Karena sikap minder dan takut menjadikan pelaku *bully* geram dan senang menjahili bahkan berbuat sewenang-wenang terhadap temannya sendiri.

Terkadang memang ada remaja yang memiliki tingkat percaya diri yang rendah sehingga kecerdasan emosional dalam hal ini sangat menjadi peran penting agar remaja mampu menjadi individu yang mudah menyesuaikan diri dan mudah beradaptasi dengan individu lain. Setiap remaja ingin menjadi populer, ingin diakui di dalam suatu kelompok dan ketika berada dalam kesulitan remaja sangat butuh dorongan dari teman-teman sebayanya. Namun tidak semua teman-teman sebaya mengetahui hal-hal semacam ini, yang terjadi justru masing-masing saling menjauh dan merasa tidak pantas untuk bergabung di dalam *gang* yang ada di lingkungan tersebut. Sehingga kebersamaan di antara remaja kurang terjalin dengan baik, rendahnya kecerdasan emosional dan tidak adanya dukungan dari kelompok sebaya mengakibatkan remaja tidak percaya diri, minder, malu, dan merasa tidak layak berada di sekitar teman-teman yang lain.

Dengan kondisi rendahnya kecerdasan emosional dan dukungan kelompok sebaya yang dialami oleh beberapa siswa/remaja, adapun diantara mereka tetap memiliki semangat yang tinggi, mampu bangkit dari keterpurukannya hingga remaja mampu menjalani aktivitas sehari-hari dengan sehat dan berprestasi. Demikian berdasarkan fenomena dan fakta-fakta yang terpapar di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berkenaan dengan kecerdasan dan kemampuan diri seorang remaja, yaitu terkait dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja. Adapun rumusan masalah merupakan suatu pertanyaan yang akan dibuktikan jawabannya melalui pengumpulan data dan bentuk-bentuk rumusan masalah penelitian ini berdasarkan penelitian menurut tingkat eksplanasi. Berdasarkan apa yang telah dipaparkan

sebelumnya, peneliti mengajukan perumusan masalah yang akan dijadikan dasar dalam penelitian dan pengumpulan data, yang dirumuskan sebagai berikut :Apakah ada hubungan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja ?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wacana dan khazanah ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan, serta dapat menambah wawasan bagi pembaca mengenai resiliensi yang dikaitkan dengan dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek, di harapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada remaja bahwa pentingnya memiliki kecerdasan emosional agar mampu memahami emosi diri sendiri dan memahami perasaan orang lain, sehingga remaja akan mudah membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya untuk saling memberi dukungan satu sama lain, maka dengan begitu remaja akan memiliki jiwa resiliensi yang tinggi.
- b. Bagi para guru, di harapkan penelitian ini dapat memacu semangat para pengajar agar lebih meningkatkan perhatian terhadap permasalahan yang di

alami siswa serta memahami perilaku dan karakteristik para siswa/siswi di sekolah, sehingga akan mudah memberikan dorongan dan semangat kepada para siswa untuk menjadi remaja yang mampumengenali emosi diri dan orang lain, percaya diri dan mampu menghadapi segala rintangan dan tantangan apapun.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan individu dalam mengatasi tantangan hidup serta mempertahankan kesehatan dan energi yang baik sehingga dapat melanjutkan hidup secara sehat. Resiliensi merupakan adaptasi positif individu dalam menghadapi masalah atau risiko. Sedangkan Winarsih, (2006) mengatakan individu yang mampu menanggulangi kesulitan hidup, membangun kembali kehidupannya, dengan kata lain resiliensi adalah kapasitas atau kemampuan untuk mentransformasi diri dengan cara yang positif. Istilah resiliensi diperkenalkan oleh *Redl* pada tahun 1969 dan digunakan untuk menggambarkan bagian positif dari perbedaan individual dalam respons seseorang terhadap stres dan keadaan yang merugikan lainnya (Desmita, 2010).

Di sisi lain, Reivich dan Shatte (2002) mendefinisikan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan *adversity* atau trauma, di mana hal tersebut sangat penting untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Oleh sebab itu dengan adanya resiliensi seseorang akan dapat terbantu mengatasi kesulitan-kesulitan hidup. Faktor yang mempengaruhi resiliensi ini ada yang berasal dari internal dan eksternal. Salah satu faktor eksternal adalah dukungan teman sebaya (Sun & Stewart, 2007).

Lebih jauh Reivich dan Shatte (2002) mengatakan bahwa resiliensi merupakan pola pikir yang memungkinkan manusia mencari berbagai pengalaman dan memandang hidupnya sebagai suatu kegiatan yang sedang berjalan. Resiliensi menciptakan dan mempertahankan sikap positif dari si penjelajah. Resiliensi memberikan rasa percaya diri untuk mengambil tanggungjawab baru dalam pekerjaan, tidak malu untuk mendekati seseorang yang ingin dikenal, mencari pengalaman yang akan memberi tantangan untuk mempelajari tentang diri sendiri dan berhubungan lebih dalam dengan orang lain. Aplikasi resiliensi ini dinamakan *reaching out*. Dengan *reaching out* kehidupan menjadi lebih kaya, hubungan dengan seseorang menjadi lebih dalam dan dunia seakan lebih luas.

Sedangkan dalam Lazarus (2004), resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengatasi hambatan dan stres dengan menggunakan strategi *coping* adaptif untuk mempertahankan tingkat yang efektif dari penyesuaian diri dan fungsi. Jadi, dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan kapasitas individual untuk bertahan dalam situasi yang sangat stres, namun tidak berarti bahwa resiliensi merupakan suatu sifat, melainkan lebih merupakan suatu proses.

Dari beberapa definisi yang telah dipaparkan para ahli tersebut, dapat dipahami bahwa resiliensi adalah kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Sehingga resiliensi membuat seseorang berhasil

menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi yang tidak menyenangkan, serta dapat mengembangkan kompetensi sosial, akademis dan vokasional sekalipun berada di tengah kondisi stress hebat yang inheren dalam kehidupan dunia dewasa ini.

Perkembangan resiliensi penting untuk dicapai pada fase remaja karena pada fase ini terjadi banyak perubahan fisik, psikis dan sosial. Perubahan-perubahan ini menuntut remaja untuk menjadi dewasa seperti yang diharapkan lingkungan (Santrock, 2003). Resiliensi adalah suatu kemampuan yang sangat dibutuhkan dalam kehidupan setiap orang. Hal ini adalah karena kehidupan manusia senantiasa diwarnai oleh kondisi yang tidak menyenangkan. Kondisi yang tidak menyenangkan ini menantang kemampuan manusia untuk mengatasinya, untuk belajar darinya, dan bahkan untuk berubah karenanya. Resiliensi tidak hanya dimiliki oleh seseorang atau sekelompok orang, melainkan setiap orang termasuk remaja memiliki kapasitas untuk menjadi resilien. Jadi, setiap individu termasuk remaja pada dasarnya memiliki kemampuan untuk belajar menghadapi kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan dalam hidupnya (Henderson & Milstein, 2003).

2. Faktor-Faktor Resiliensi

Banyak penelitian yang berusaha untuk mengidentifikasi faktor yang berpengaruh terhadap resiliensi seseorang. Faktor tersebut meliputi dukungan eksternal dan sumber-sumbernya yang ada pada diri seseorang (misalnya keluarga, lembaga-lembaga yang berkaitan dengan perlindungan remaja), kekuatan personal yang berkembang dalam diri seseorang (seperti *self-esteem*, kapasitas untuk

pemantauan diri, spritualitas dan altruisme), dan kemampuan sosial (seperti mengatasi konflik, kemampuan-kemampuan berkomunikasi).

Menurut Everall, Altrows dan Paulson (2006) faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiliensi adalah sebagai berikut:

a. Individu

Faktor individu adalah faktor yang berasal dari diri individu itu sendiri.

Faktor-faktor yang berasal dari diri inividu di antaranya yaitu:

1) Inteligensi

Individu yang memiliki tingkat inteligensi yang tinggi menunjukkan kemampuan beradaptasi terhadap masalah yang lebih baik. Inteligensi tidak hanya diartikan dengan ukuran IQ, tapi lebih pada pengaplikasian dari inteligensi tersebut untuk memahami orang lain maupun diri sendiri dalam berbagai situasi (Levine, dalam Everall dkk., 2006).

2) *Problem-Focused Coping*

Berdasarkan beberapa penelitian ditemui bahwa secara umum remaja yang resilien memiliki kemampuan pemecahan masalah yang baik. Hal ini mengindikasikan bahwa strategi dalam memecahkan masalah dapat meningkatkan resiliensi. Dengan menggunakan strategi pemecahan masalah, seseorang akan bereaksi untuk menghadapi masalah tersebut dan menghasilkan solusi sehingga mampu memberikan pertolongan untuk orang lain.

3) *Internal Locus Control*

Locus control yang berpengaruh pada resiliensi adalah *locus control* yang berasal dari dalam diri, yaitu keyakinan bahwa diri sendirilah yang mampu menyelesaikan masalah. Keyakinan ini mencakup keyakinan dan kepercayaan bahwa diri memiliki kemampuan, harapan, rencana masa depan dan tujuan.

4) Konsep Diri dan *Self Esteem*

Konsep diri yang positif dan harga diri yang baik adalah hal yang mampu meningkatkan resiliensi pada diri seseorang.

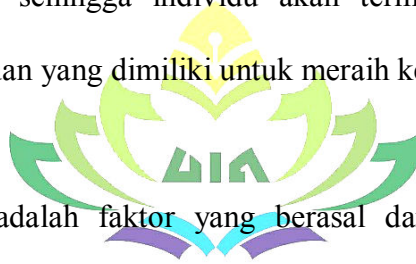
b. Keluarga

Keluarga menjadi salah satu sumber yang memainkan peranan penting dalam peningkatan resiliensi, keluarga akan memberikan pengarahan dan informasi yang berguna untuk menghadapi perubahan. Keluarga juga akan memberikan motivasi, sehingga individu akan termotivasi, optimis, dan percaya akan kemampuan yang dimiliki untuk meraih kesuksesan.

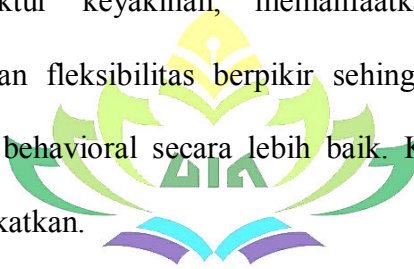
c. Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu. Keterlibatan individu dengan hubungan dari luar seperti ekstrakurikuler dapat meningkatkan resiliensi. Di saat kesulitan, individu yang resilien seringkali mencari dan menerima dukungan dari luar, seperti guru, pelatih, konselor sekolah, pemuka agama, dan tetangga.

Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi adalah individu, keluarga, dan



faktor eksternal. Hasil penelitian Reivich dan Shatte (dalam Sri Mulyani, 2011) menunjukkan bahwa kebanyakan orang menganggap dirinya cukup memiliki resiliensi, padahal sebenarnya kebanyakan orang tidak siap secara emosional ataupun psikologis untuk menghadapi penderitaan. Begitupun dengan remaja yang merupakan individu berisiko untuk putus asa dan merasa tidak berdaya. Namun demikian, walaupun remaja bisa saja memiliki resiliensi dalam area spesifik pada kehidupannya, tetapi mungkin masih membutuhkan pertolongan untuk mengatasi penderitaan pada area kehidupan yang lain. Seorang remaja membutuhkan resiliensi agar mampu bangkit dari kesulitan. Bila biasanya kesulitan dapat menyebabkan depresi atau kecemasan, dengan kemampuan resiliensi remaja akan dapat mengambil makna dari kegagalan dan mencoba lebih baik dari yang pernah ia lakukan sehingga menurunkan risiko depresi atau kecemasan (Sri Mulyani, 2011). Kunci resiliensi adalah kemampuan mengenali pikiran sendiri dan struktur keyakinan, memanfaatkan kekuatan untuk meningkatkan keakuratan dan fleksibilitas berpikir sehingga mampu mengatur konsekuensi emosional dan behavioral secara lebih baik. Kemampuan ini dapat diukur, diajarkan serta ditingkatkan.



3. Karakteristik Individu yang Resilien

Seperti halnya dalam memberikan definisi, para ahli juga berbeda pendapat dalam merumuskan ciri-ciri yang dapat menggambarkan karakteristik individu yang resilien. Benard (2009) misalnya, individu yang resilien biasanya memiliki empat sifat-sifat umum, yaitu:

- a. Kompetensi sosial. Kemampuan untuk memunculkan respon yang positif dari orang lain, dalam artian remaja mengadakan hubungan-hubungan yang positif dengan orang dewasa dan teman sebaya.
- b. Ketrampilan pemecahan masalah. remaja harus memiliki kemampuan untuk berpikir secara abstrak, reflektif dan fleksibel serta dapat mencoba mencari solusi dengan meminta bantuan orang lain.
- c. Otonomi. Suatu kesadaran remaja tentang identitas dirinya sendiri dan memiliki kemampuan untuk bertindak secara independen serta melakukan pengontrolan terhadap lingkungan.
- d. Kesadaran akan tujuan dan masa depan. Suatu kesadaran pada diri remaja akan tujuan-tujuan, aspirasi pendidikan, ketekunan, pengharapan dan kesadaran akan suatu masa depan yang cerah.

Sementara itu Wollins (dalam Anne Dell, 2005) mengajukan tujuh karakteristik internal sebagai tipe individu yang resilien, yaitu:

- a. Moralitas, yang ditunjukkan dengan pertimbangan seseorang tentang baik dan buruk, mendahulukan kepentingan orang lain dan bertindak dengan integritas.
- b. Humor, yang terlihat dari kemampuan seseorang menunjukkan rasa humor di tengah situasi yang menegangkan atau dapat mencairkan suasana.
- c. Kreatifitas, yang ditunjukkan melalui permainan-permainan kreatif dan pengungkapan diri sebagai kelangsungan hidup.
- d. Inisiatif, yang terlihat dari upaya individu melakukan eksplorasi terhadap lingkungan dan kemampuan individual untuk mengambil peran.

- e. Hubungan, yang terlihat dari upaya individu untuk menjalin hubungan dengan orang lain.
- f. Independen, yang terlihat dari kemampuan individu menghindar atau menjauhkan diri dari keadaan yang tidak menyenangkan.
- g. Berwawasan, yang terlihat dari kesadaran kritis individu terhadap kesalahan atau penyimpangan yang terjadi dalam lingkungannya atau bagi orang dewasa ditunjukkan dengan perkembangan persepsi tentang apa yang salah dan mengapa ia salah.

Kemudian Grotberg (dalam Desmita, 2010) menggambarkan karakteristik dan sifat-sifat remaja yang resilien ke dalam tiga kategori, Untuk kekuatan remaja dalam diri pribadi digunakan istilah "*I Am*", untuk dukungan eksternal dan sumber-sumbernya, digunakan istilah "*I Have*", sedangkan untuk kemampuan interpersonal digunakan istilah "*I Can*".

a. *I Am*

Faktor *I Am* merupakan kekuatan yang berasal dari dalam diri sendiri. Faktor ini meliputi perasaan, sikap, dan keyakinan di dalam diri remaja. Ada beberapa bagian-bagian dari faktor dari *I Am* yaitu :

1) Perasaan dicintai dan perilaku yang menarik

Remaja tersebut sadar bahwa orang menyukai dan mengasihi dia. Anak akan bersikap baik terhadap orang-orang yang menyukai dan mencintainya. Seseorang dapat mengatur sikap dan perilakunya jika menghadapi respon-respon yang berbeda ketika berbicara dengan orang lain.

2) Mencintai, empati dan altruistik

Remaja mengasihi orang lain dan menyatakan kasih sayang tersebut dengan banyak cara. Dia peduli akan apa yang terjadi pada orang lain dan menyatakan kepedulian itu melalui tindakan dan kata-kata. Remaja merasa tidak nyaman dan menderita karena orang lain dan ingin melakukan sesuatu untuk berhenti atau berbagi penderitaan atau kesenangan.

3) Bangga pada diri sendiri

Remaja mengetahui dia adalah seseorang yang penting dan merasa bangga pada siapakah dirinya dan apa yang bisa dilakukan untuk mengejar keinginannya. Remaja tidak akan membiarkan orang lain meremehkan atau merendahnya. Ketika individu mempunyai masalah dalam hidup, kepercayaan diri dapat membuat mereka dapat bertahan dan mengatasi masalah tersebut.

4) Otonomi dan tanggung jawab

Remaja dapat melakukan sesuatu dengan caranya sendiri dan menerima konsekuensi dari perilakunya tersebut. remaja merasa bahwa ia bisa mandiri dan bertanggung jawab atas hal tersebut. Individu mengerti batasan control mereka terhadap berbagai kegiatan dan mengetahui saat orang lain bertanggung jawab.

5) Harapan, keyakinan dan kepercayaan

Remaja percaya bahwa ada harapan baginya dan bahwa ada orang-orang dan institusi yang dapat dipercaya. Remaja merasakan suatu

perasaan benar dan salah, percaya yang benar akan menang dan mereka ingin berperan untuk hal ini. Remaja mempunyai rasa percaya diri dan keyakinan dalam moralitas dan kebaikan, serta dapat menyatakan hal ini sebagai kepercayaan pada Tuhan atau makhluk rohani yang lebih tinggi.

b. *I Have*

Faktor *I Have* merupakan dukungan eksternal dan sumber dalam meningkatkan daya lentur. Sebelum anak menyadari akan siapa dirinya (*I Am*) atau apa yang bisa dia lakukan (*I Can*), remaja membutuhkan dukungan eksternal dan sumber daya untuk mengembangkan perasaan keselamatan dan keamanan yang meletakkan fondasi, yaitu inti untuk mengembangkan resiliensi. Aspek ini merupakan bantuan dan sumber dari luar yang meningkatkan resiliensi, sumber-sumbernya adalah sebagai berikut :

1) Mempercayai hubungan

Orang tua, anggota keluarga lainnya, guru dan teman-teman yang mengasihi dan menerima remaja tersebut. Remaja dari segala usia membutuhkan kasih sayang tanpa syarat dari orangtua mereka dan pemberi perhatian primer tetapi mereka membutuhkan kasih sayang dan dukungan emosional dari orang dewasa lainnya juga. Kasih sayang dan dukungan dari orang lain kadang-kadang dapat mengimbangi terhadap kurangnya kasih sayang dari orang tua.

2) Struktur dan aturan di rumah

Orang tua yang memberikan rutinitas dan aturan yang jelas, mengharapkan remaja mengikuti perilaku mereka, dan dapat

mengandalkan anak untuk melakukan hal tersebut. Aturan dan rutinitas itu meliputi tugas-tugas yang diharapkan dikerjakan oleh anaknya. Batas dan akibat dari perilaku tersebut dipahami dan dinyatakan dengan jelas. Jika aturan itu dilanggar, seorang remaja perlu dibantu untuk memahami bahwa apa yang dia lakukan tersebut salah. Kemudian didorong untuk memberitahu dia apa yang terjadi, jika perlu dihukum kemudian dimaafkan dan didamaikan layaknya orang dewasa. Orang tua tidak mencelakakan anaknya dengan hukuman dan tidak ada membiarkan orang lain mencelakakan anaknya tersebut.

3) *Role models*

Orang tua, orang dewasa lain, kakak, dan teman sebaya bertindak dengan cara yang menunjukkan perilaku remaja yang diinginkan dan dapat diterima, baik dalam keluarga dan orang lain. Mereka menunjukkan bagaimana cara melakukan sesuatu seperti berpakaian atau menanyakan informasi dan hal ini akan mendorong remaja untuk meniru mereka. Mereka menjadi model moralitas dan dapat mengenalkan remaja tersebut dengan aturan-aturan agama.

4) Dorongan agar menjadi otonom

Orang dewasa, terutama orang tua, mendorong anak remajanya untuk melakukan sesuatu tanpa bantuan orang lain dan berusaha mencari bantuan yang mereka perlukan untuk membantu menjadi remaja otonom. Mereka memuji remaja tersebut ketika dia menunjukkan sikap inisiatif dan otonomi. Orang dewasa sadar akan temperamen remaja, sebagaimana

temperamen mereka sendiri. Jadi mereka dapat menyesuaikan kecepatan dan tingkat tempramen untuk mendorong anaknya untuk dapat otonom.

5) Akses pada kesehatan, pendidikan, kesejahteraan, dan layanan keamanan

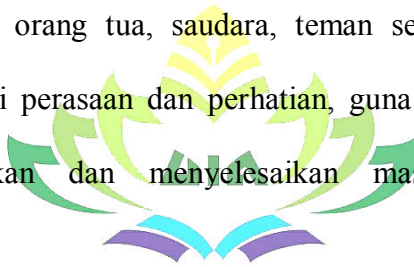
Remaja secara individu maupun keluarga, dapat mengandalkan layanan yang konsisten untuk memenuhi kebutuhan yang tidak bisa dipenuhi oleh keluarganya yaitu rumah sakit dan dokter, sekolah dan guru, layanan sosial, serta polisi dan perlindungan kebakaran atau layanan sejenisnya.

c. *I Can*

“*I can*” adalah kemampuan yang dimiliki remaja untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran dalam berkomunikasi dengan orang lain memecahkan masalah dalam berbagai seting kehidupan (akademis, pekerjaan, pribadi dan sosial) dan mengatur tingkah laku serta mendapatkan bantuan saat membutuhkannya. Ada beberapa aspek yang mempengaruhi faktor *I can* yaitu :

- 1) Berkomunikasi. Remaja mampu mengekspresikan pemikiran dan perasaan kepada orang lain dan dapat mendengarkan apa yang dikatakan orang lain serta merasakan perasaan orang lain.
- 2) Pemecahan masalah. Remaja dapat menilai suatu permasalahan, penyebab munculnya masalah dan mengetahui bagaimana cara memecahkannya. Anak dapat mendiskusikan solusi dengan orang lain untuk menemukan solusi yang diharapkan dengan teliti. Remaja mempunyai ketekunan untuk bertahan dengan suatu masalah hingga masalah tersebut dapat terpecahkan.

- 3) Mengelola berbagai perasaan dan rangsangan. Remaja dapat mengenali perasaannya memberikan sebutan emosi dan menyatakannya dengan kata-kata dan perilaku yang tidak melanggar perasaan dan hak orang lain atau dirinya sendiri. Anak juga dapat mengelola rangsangan untuk memukul, melarikan diri, merusak barang, berbagai tindakan yang tidak menyenangkan.
- 4) Mengukur temperamen diri sendiri dan orang lain. Individu memahami temperamen mereka sendiri (bagaimana bertingkah, merangsang, dan mengambil resiko atau diam, reflek dan berhati-hati) dan juga terhadap temperamen orang lain. Hal ini menolong individu untuk mengetahui berapa lama waktu yang diperlukan untuk berkomunikasi, membantu individu untuk mengetahui kecepatan untuk bereaksi, dan berapa banyak individu mampu sukses dalam berbagai situasi.
- 5) Mencari hubungan yang dapat dipercaya. Remaja dapat menemukan seseorang misalnya orang tua, saudara, teman sebaya untuk meminta pertolongan, berbagi perasaan dan perhatian, guna mencari cara terbaik untuk mendiskusikan dan menyelesaikan masalah personal dan interpersonal.



Resiliensi merupakan hasil kombinasi dari sifat-sifat *I HAVE*, *I AM*, dan *I CAN* tersebut. Untuk menjadi remaja yang resilien, tidak cukup hanya memiliki satu karakter saja, melainkan harus ditopang oleh karakteristik-karakteristik dan faktor yang lain. Oleh sebab itu, untuk menumbuhkan resiliensi pada remaja, ketiga karakteristik tersebut harus saling berinteraksi satu sama lain. Dalam membangun

diri resilien ini punsangat perlu adanya dukungan sosial seperti dukungan dari teman sebaya maupun lingkungan.

4. Dimensi Resiliensi Remaja

Resiliensi sendiri menggambarkan kualitas kepribadian manusia, yang akan selalu mengalami perubahan dan perkembangan. Sejalan dengan bertambahnya usia, maka terbuka juga kemungkinan berkembangnya resiliensi pada remaja (Sulistyaningsih, 2009). Pengembangan resiliensi menurut Grotberg (2000, dalam Sulistyaningsih, 2009) dapat dilakukan setahap demi setahap dengan mendasarkan pada lima dimensi pembangun resiliensi yaitu rasa percaya, otonomi, inisiatif, industri dan identitas.

a. Rasa Percaya

Rasa percaya merupakan tahapan perkembangan pertama pembangun resiliensi. Rasa percaya ini berhubungan dengan bagaimana lingkungan mengembangkan rasa percaya remaja. Perkembangan *trust* sangat dipengaruhi oleh orang-orang yang dekat dengan individu, terutama orang tua. Rasa percaya ini akan sangat menentukan seberapa jauh remaja memiliki kepercayaan terhadap orang lain mengenai hidupnya, kebutuhan-kebutuhan dan perasaan-perasaannya, serta kepercayaan terhadap diri sendiri, terhadap kemampuan, tindakan dan masa depannya.

b. Otonomi

Dimensi pembentuk resiliensi yang kedua adalah otonomi. Otonomi dapat diartikan sebagai dimensi pembentukan yang berkaitan dengan seberapa jauh remaja menyadari bahwa dirinya terpisah dan berbeda dari

lingkungan sekitar sebagai kesatuan diri pribadi. Pemahaman bahwa dirinya juga merupakan sosok mandiri yang terpisah dan berbeda dari lingkungan sekitar, akan membentuk kekuatan-kekuatan tertentu pada remaja. Kekuatan tersebut akan menentukan tindakan remaja ketika menghadapi masalah.

c. Inisiatif

Inisiatif merupakan dimensi pembentuk resiliensi yang berperan dalam penumbuhan minat remaja melakukan sesuatu yang baru. Inisiatif juga berperan dalam mempengaruhi remaja mengikuti berbagai macam aktivitas atau menjadi bagian dari suatu kelompok. Dengan inisiatif, remaja menghadapi kenyataan bahwa dunia adalah lingkungan dari berbagai macam aktivitas, dimana ia dapat mengambil bagian untuk berperan aktif dari setiap aktivitas yang ada.

d. Industri

Industri merupakan dimensi pembentuk resiliensi yang berhubungan dengan pengembangan keterampilan-keterampilan berkaitan dengan aktivitas rumah, sekolah, dan sosialisasi. Melalui penguasaan keterampilan-keterampilan tersebut, remaja akan mampu mencapai prestasi, baik di rumah, sekolah, maupun di lingkungan sosial. Dengan prestasi tersebut, akan menentukan penerimaan remaja di lingkungannya.

e. Identitas

Tahap identitas merupakan tahap perkembangan kelima dan terakhir dari pembentukan resiliensi remaja. Identitas merupakan dimensi pembentuk resiliensi yang berkaitan dengan pengembangan pemahaman remaja akan

dirinya sendiri, baik kondisi fisik maupun psikologisnya. Identitas membantu remaja mendefinisikan dirinya dan mempengaruhi *self image*-nya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi memiliki karakteristik yang terdiri dari pemaknaan remaja terhadap besarnya dukungan yang diberikan oleh lingkungan sosial terhadap dirinya (*I Have*), kekuatan yang terdapat dalam diri remaja, kekuatan tersebut meliputi perasaan, tingkah laku, dan kepercayaan yang ada dalam dirinya (*I Am*), kemampuan remaja untuk melakukan hubungan sosial dan interpersonal (*I Can*).

Dimana ketiga karakteristik tersebut masing-masing memiliki faktor yang memberikan kontribusi pada berbagai macam tindakan yang dapat meningkatkan potensi resiliensi. Remaja yang resilien tidak membutuhkan semua faktor dari setiap karakteristik, tetapi apabila seorang remaja hanya memiliki satu faktor tersebut tidak dapat dikatakan sebagai remaja yang beresiliensi, misalnya remaja yang mampu berkomunikasi dengan baik (*I Can*) tetapi ia tidak mempunyai hubungan yang dekat dengan orang lain (*I Have*) dan tidak dapat mencintai orang lain (*I Am*), artinya ia tidak termasuk remaja yang resilien. Maka dari itu dapat dikatakan dimensi pembentukan akan saling berkaitan dengan faktor-faktor resiliensi yang dimiliki oleh remaja.

5. Aspek-aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) terdapat tujuh aspek yang membentuk resiliensi yaitu sebagai berikut :

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dalam keadaan yang tidak menyenangkan. Individu yang memiliki kesulitan dalam meregulasi emosinya sering menyusahkan orang lain dan mengalami kesulitan dalam melakukan pekerjaan bersama-sama (Reivich & Shatee, 2002). Regulasi emosi mengutamakan bagaimana individu dalam menata pengalaman emosionalnya untuk tujuan pribadi dan sosial.

Membahas lebih jauh, regulasi emosi terdiri dari adanya proses internal dan eksternal yang bertanggung jawab untuk melihat, mengevaluasi, dan memodifikasi berbagai reaksi emosional (khususnya intensitas dan ketepatan waktunya) untuk mencapai suatu tujuan. Adapun hal penting yang tidak dapat terlepas dari regulasi emosi adalah ketenangan dan fokus, sehingga individu yang mampu mengelola kedua hal tersebut dapat memanfaatkan kemampuannya untuk meredakan emosi yang ada (Reivich & Shatte, 2002). Seorang remaja yang mampu untuk mengekspresikan emosinya dengan tepat merupakan ciri dari individu yang resilien menurut Reivich & Shatee (2002).

Penelitian yang dilakukan oleh Widuri (2012) menyebutkan remaja yang memiliki regulasi emosi yang rendah sulit untuk membangun dan mempertahankan hubungan pertemanan. Remaja yang mampu meregulasi

emosinya dengan baik merupakan individu yang memiliki resilien yang tinggi.

Nisfianoor & Kartika (2004) yang juga melakukan penelitian terkait regulasi emosi pada remaja menyebutkan remaja yang memiliki regulasi emosi yang baik akan memiliki penerimaan kelompok teman sebaya yang baik. Sebaliknya semakin buruk regulasi emosi yang dimiliki remaja maka akan semakin buruk pula penerimaan kelompok teman sebayanya.

b. Kontrol Impuls

Kontrol impuls merupakan kemampuan individu untuk menahan atau mengendalikan keinginan, ego, dorongan yang bersumber dari dalam dirinya. Kontrol impuls memiliki hubungan yang erat dengan regulasi emosi. Remaja yang memiliki kemampuan kontrol impuls yang rendah cenderung lebih cepat dalam mengalami perubahan emosi sehingga remaja akan sangat mudah kehilangan kesabaran, mudah marah, impulsif, dan terkadang berperilaku agresif terhadap hal-hal yang kecil. Perilaku ini menyebabkan orang-orang disekitarnya merasa tidak nyaman dan memicu timbulnya permasalahan dalam hubungan sosial (Reivich & Shatte, 2002).

c. Optimis

Individu yang resilien merupakan individu yang optimis. Mereka memiliki rasa percaya bahwa segala sesuatunya akan menjadi baik. Mereka memiliki harapan dimasa mendatang dan yakin bahwa mereka dapat mengontrol tujuan hidupnya. Jika dibandingkan dengan individu yang pesimis, individu yang optimis memiliki kesehatan fisik yang lebih baik,

jarang mengalami depresi, prestasi yang baik disekolah dan lebih produktif (Reivich & Shatte, 2002).

Hefferon & Boniwell (2011) menyebutkan dua komponen penting terkait dengan optimis, kedua elemen tersebut adalah optimisme disposisional sistem penjelasan. optimisme disposisional didefinisikan sebagai ciri-ciri kepribadian yang dikaitkan dengan hasil yang diharapkan. Sifat optimis ini ditandai dengan keyakinan yang tinggi mengenai hasil yang positif sedangkan sifat pesimis ditandai dengan perasaan bimbang dan mengantisipasi akan terjadinya masa depan yang negatif.

Komponen yang kedua adalah gaya penjelasan dan komponen ini menunjuk terkait pada suatu penyebab dari suatu peristiwa, baik itu peristiwa positif maupun negatif dan akan berdampak ketika melihat harapan dimasa yang akan datang. Optimisme memiliki makna yang menyangkut bagaimana kemampuan individu dalam melihat masa depannya dengan cerah. Optimisme sama halnya bagaimana remaja memiliki kemampuan menangani kesusahan yang pasti akan datang. Rasa optimis juga berkaitan dengan efikasi diri yang dimiliki individu. Optimisme merupakan suatu keuntungan jika dikaitkan dengan efikasi diri karena optimis akan memotivasi individu untuk mencari solusi dan terus bekerja keras dalam meningkatkan kehidupan (Reivich & Shatte, 2002).

d. Analisis kausal

Analisis kausal merupakan kemampuan yang dimiliki individu yang secara akurat mengidentifikasi penyebab dari masalah yang terjadi. Jika

individu tidak mampu menjelaskan penyebab permasalahannya secara akurat, maka individu tersebut cenderung akan melakukan kesalahan yang sama berulang-ulang (Reivich & Shatte, 2002).

Abramson & Seligman (1978) menjelaskan tiga cara berfikir yang berkaitan erat dengan analisis kausal yang dinamakan gaya penjelasan, yaitu cara individu dalam menjelaskan sesuatu hal yang baik ataupun yang buruk yang terjadi pada dirinya. Gaya penjelasan ini dapat dikodekan dalam tiga dimensi, yaitu pribadi(saya-bukan saya), permanen(selalu-tidak selalu), meresap(segalanya-bukan segalanya). Individu dengan pola pikir “saya, selalu, segalanya” secara langsung berfikir bahwa dialah yang menjadi penyebab dari masalah yang terjadi (saya), hal tersebut bersifat abadi dan tidak dapat diubah (selalu), dan hal tersebut merusak semua aspek kehidupannya (segalanya).

Ketika masalah muncul Individu yang “bukan saya, tidak selalu, bukan segalanya”, percaya bahwa orang lain atau lingkungan juga bisa menyebabkan munculnya sebuah masalah (bukan saya) masalah itu bersifat sementara dan bisa berubah (tidak selalu), dan masalah tersebut tidak berdampak besar pada aspek kehidupannya (bukan segalanya).

e. Empati

Empati berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki individu dalam melihat atau membaca isyarat / tanda dari kondisi psikologis dan emosional orang lain. Individu yang tidak mengembangkan kemampuan untuk peka terhadap bahasa nonverbal, sulit untuk menempatkan dirinya pada posisi

orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain dan memahami maksud dari orang lain.

Jika seorang remaja tidak mampu berempati tentu akan berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial. Remaja yang memiliki empati rendah cenderung mengulang pola yang dilakukan oleh remaja yang tidak resilien, yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain (Reivich & Shatte, 2002).

Empati merupakan suatu emosi yang secara spesifik tumbuh dalam konteks pengalaman emosional yang dimiliki seseorang dan menggambarkan hubungan terhadap pengalaman yang dimiliki orang lain. Empati merupakan respon emosional personal terhadap keadaan emosional orang lain (Robinson, 2009). Ekspresi dari empati dapat dilihat melalui emosi-emosi dasar seperti kesedihan, empati juga dapat dilihat dari perilaku yang mengekspresikan kepedulian terhadap orang lain dan perilaku sosial lainnya (Robinson, 2009).

f. Efikasi Diri

Efikasi diri menunjukkan kepercayaan individu dalam memecahkan masalah yang dialami serta memiliki keyakinan akan hidup yang sukses. Efikasi diri akan memberikan dampak dalam situasi yang sebenarnya terjadi di lapangan. Contohnya dalam dunia pendidikan, siswa yang memiliki keyakinan akan kemampuannya untuk dapat meningkatkan prestasinya akan terlihat seperti siswa cerdas, tetapi mereka yang tidak memiliki kepercayaan terhadap kemampuan diri akan menemukan dirinya mengalami kekalahan dalam kelompok belajarnya (Reivich & Shatte, 2002).

Bandura mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian individu itu sendiri dan kejadian dalam lingkungan. Efikasi diri merujuk pada keyakinan diri seseorang bahwa orang tersebut memiliki kemampuan untuk melakukan suatu perilaku, sementara ekspektasi atas hasil merujuk pada prediksi dari kemungkinan mengenai konsekuensi perilaku tersebut (Feist & Feist, 2009).

g. Reaching Out

Resiliensi tidak hanya berbicara mengenai bagaimana individu dalam mengatasi masalah yang terjadi dan bangkit dari keterpurukan, resiliensi juga berbicara tentang kemampuan individu dalam menggapai aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa (Reivich & Shatte, 2002).

Tidak semua remaja mampu untuk melakukan *reaching out*, hal ini terjadi dikarenakan banyaknya pola hidup remaja sejak kecil sudah diajarkan untuk sebisa mungkin menghindari kegagalan dan keadaan yang dapat menjatuhkan atau memalukan dirinya. Remaja yang seperti ini adalah remaja yang memilih untuk memiliki hidup biasa-biasa saja tanpa adanya tantangan dalam hidup, mereka lebih merasa aman dan puas dengan hidup seperti itu dibandingkan dengan meraih kesuksesan dengan menghadapi kegagalan dan situasi yang tidak menyenangkan. Meskipun remaja yang seperti ini juga memiliki rasa ketakutan untuk mengoptimalkan segala kemampuan yang ada dalam dirinya (Reivich & Shatte, 2002).

B. Dukungan Kelompok Sebaya

1. Pengertian Dukungan Kelompok Sebaya

Dukungan kelompok sebaya adalah suatu sistem pemberian dan penerimaan bantuan dengan rasa hormat, tanggung jawab bersama, dan kesepakatan bersama yaitu melalui dukungan, persahabatan, empati, saling berbagi, dan saling memberi bantuan (Mead dkk, (2001)). Kemudian Oktaviana (2012, dalam Agustina Ekasari, 2013) mengatakan bahwa dukungan sosial bersumber dari orang-orang yang memiliki hubungan yang berarti bagi individu seperti keluarga, teman dekat, pasangan hidup, rekan kerja, tetangga dan saudara. Rahmawan (2010) menyebutkan bahwa teman dekat merupakan sumber dukungan sosial yang utama bagi remaja karena dapat memberikan rasa senang dan dukungan selama mengalami suatu permasalahan.

Dukungan kelompok sebaya merupakan peran teman didalam kelompok yang seusia antara remaja dengan remaja lainnya. Dukungan kelompok sebaya menurut Harlock (2000) bahwa adanya dukungan dari kelompok sebaya menjadi hal yang sangat penting bagi remaja karena remaja tentu memiliki keinginan untuk diterima di kelompoknya. Bahkan hal apapun yang disampaikan oleh teman atau pakaian apapun yang dipakai oleh teman, remaja cenderung akan meniru hal tersebut agar menjadi sama dengan teman lainnya.

Perilaku meniru (imitasi) tersebut muncul akibat terjadinya interaksi sosial diantara individu sosial dengan kelompok sebaya. Peran interaksi dengan kelompok sebaya tersebut dapat berupa imitasi, identifikasi, sugesti dan simpati. Remaja dapat meniru (imitasi) tidak hanya dalam segi pakaian namun remaja pun cenderung

meniru perilaku seperti kenakalan yang dilakukan oleh teman sebayanya. Sementara itu sugesti bahwa kebutuhan-kebutuhan dan penggunaan obat-obat terlarang adalah remaja yang semula baik menjadi nakal. Kuatnya pengaruh kelompok sebaya yang mengarahkan remaja nakal atau tidak juga ditentukan bagaimana persepsi remaja terhadap kelompok teman sebaya tersebut.

Kelompok sebaya adalah tempat remaja memperoleh informasi yang tidak didapat di dalam keluarga, tempat untuk menambah kemampuan dan tempat kedua setelah keluarga yang mengarahkan dirinya menuju perilaku yang baik serta memberikan masukan terhadap kekurangan yang dimilikinya, tentu saja akan membawa dampak positif bagi remaja yang bersangkutan.

Remaja memiliki kecenderungan bahwa teman sebaya adalah tempat untuk belajar bebas dari orang dewasa, belajar menyesuaikan diri dengan standar kelompok, belajar berbagi rasa, bersikap sportif, belajar, menerima dan melaksanakan tanggung jawab. Belajar berperilaku sosial yang baik dan belajar bekerjasama.

Jadi dapat dikatakan bahwa yang menjadi dasar dari sosialisasi adalah adanya kelompok teman sebaya. Hal ini melibatkan interaksi antara dua orang atau lebih yang memiliki tujuan dan berbagai kesamaan dalam presepsinya. Dalam bersahabat, seseorang biasanya lebih memilih berteman dengan seseorang yang sebaya dengan dirinya, karena biasanya teman yang sebaya lebih membuat dirinya nyaman. Sehingga remaja akan secara sadar membentuk kelompok-kelompok sosial sebagai kesatuan-kesatuan dalam hidup bersama, dimana di dalamnya terjadi

hubungan interaksi atau timbal balik antara anggota kelompok, dan terjadi kerja sama dan tolong menolong diantara mereka.

Dari uraian di atas, dapat dipahami bahwa dukungan kelompok sebaya sangat berperan penting dalam proses sosialisasi individu terutama kelompok sebaya remaja. Pengaruh dukungan kelompok sebayatidak hanya berdampak negatif akan tetapi juga dapat berdampak positif. Maka dari itu sangat penting adanya pembentengan diri melalui keluarga, hal itu masih sangat diperlukan bahwa ketika remaja memiliki teman maka kenalilah siapa yang menjadi temannya tersebut.

2. Fungsi Dukungan Kelompok Sebaya

Agoes (2004) menerangkan dukungan kelompok sebaya yang terjadi dalam persahabatan, mempunyai beberapa fungsi, antara lain :

- a. Sebagai teman,persahabatan akan memberikan kesempatan kepada remaja untuk menjadi seorang teman yang siap menyertai atau menemani dalam berbagai aktivitas bersama sepanjang waktu.
- b. Sebagai orang yang merangsang hal yang positif. Ketika seorang sahabat sedang mengalami suatu kegagalan atau dalam suasana kesedihan, maka remaja dapat berperan sebagai pendorong (motivator) dan membantu memberi jalan keluar pemecahan masalah, sehingga dapat lepas dari kesedihan. Seorang sahabat sejati, akan dapat membangkitkan semangat untuk menghadapi permasalahannya dengan tabah dan dapat menyelesaikannya dengan berhasil.

- c. Memberikan dukungan secara fisik dengan persahabatan, seorang mau mengorbankan waktu, tenaga dan bantuan materil-moril kepada sahabatnya. Bahkan ia akan hadir secara fisik ketika sahabatnya sedang mengalami penderitaan/kesedihan dengan kehadiran fisik dari sahabatnya, maka seseorang dapat merasakan perhatian dan pertolongan secara tulus.
- d. Memberi dukungan ego. Persahabatan menyediakan pengharapan, yaitu adanya dukungan yang membangkitkan semangat berani, menumbuhkan perasaan diri berharga (dihargai), merasa diri menarik perhatian orang lain.
- e. Sebagai pembanding sosial. Persahabatan memberi kesempatan dan informasi penting tentang pribadi, karakter, sifat-sifat, minat bakat dan kemampuan yang dimiliki oleh orang lain. Dengan mengetahui hal itu, individu dapat merefleksikan ke dalam diri-sendiri sehingga ia dapat belajar baik secara langsung maupun tidak langsung tentang orang itu, untuk meningkatkan kemampuannya agar menjadi lebih baik.
- f. Memberikan suasana keakraban. Suasana kehangatan, keakraban, kedekatan emosional, kepercayaan, penerimaan diri individu secara tulus, nampaknya hanya ditemukan dalam hubungan persahabatan. Hubungan yang bersifat teman, rupanya tidak mampu menyediakan hal itu. Oleh karena itu, dalam suasana persahabatan, seorang individu tidak akan merasa malu untuk mengungkapkan berbagai perasaan, pengalaman, pemikiran, maupun harapan-harapannya. Apakah yang dialami itu bersifat positif atau negatif. Maka pihak lain akan mengevaluasi dan membantu agar menjadi lebih baik.

3. Ciri-ciri Dukungan Kelompok Sebaya

Mead dan MacNeil (2005) menjelaskan ciri-ciri dukungan kelompok sebaya sebagai berikut :

- a. Dukungan kelompok sebayatidak selalu menganggap orientasi masalah. Terlepas dari kenyataan bahwa orang mungkin berkumpul hanya berbagi pengalaman tentang masalah kesehatan psikologis, percakapan tidak harus fokus pada pengalaman itu. Ada kepercayaan yang lebih dan keterbukaan dengan orang lain.
- b. Penilaian dan evaluasi bukan bagian dari hubungan. Sebaliknya, orang berusaha untuk tanggung jawab bersama dan komunikasi yang memungkinkan mereka untuk mengekspresikan kebutuhan mereka satu sama lain tanpa ancaman atau paksaan.
- c. Dukungan kelompok sebayamengasumsikan timbal balik penuh. Tidak ada peran pembantu statis. Meskipun ini tidak mengherankan, timbal balik adalah kunci untuk membangun hubungan yang alami.
- d. Dukungan kelompok sebayamengasumsikan evolusi sistemik sebagai lawan pemulihan individu dari masalah atau penyakit tertentu.
- e. Terakhir, dukungan kelompok sebayamembutuhkan orang-orang yang memikirkan kembali arti keselamatan. Tanggung jawab dari dukungan kelompok sebayamembutuhkan orang untuk mengambil makna relasional dari keselamatan.

4. Aspek-aspek Dukungan Kelompok Sebaya

Menurut House (dalam Glanz dkk.,2008) bahwa aspek-aspek dukungan kelompok teman sebaya mencakup:

1. Dukungan emosi. Dukungan ini mencakup ungkapan empati,kepedulian dan perhatian yang dapat memberikan rasa nyaman, ketentraman hati dan merasa dicintai /disukai pada orang yang bersangkutan. Keberadaan seseorang atau lebih yang bisa mendengarkan dengan simpati ketika seorang individu mengalami masalah dan bisa menyediakan indikasi kepedulian dan penerimaan.
2. Dukungan penghargaan. Dukungan ini meliputi penghargaan positif, dorongan untuk maju atau persetujuan atas gagasan atau perasaan dan perbandingan positif individu dengan orang lain.
3. Dukungan informasi. Meliputi ketersediaan pengetahuan yang berguna dalam menyelesaikan masalah, seperti menyediakan informasi mengenai sumber-sumber dan layanan komunitas atau menyediakan nasehat dan tuntunan mengenai suatu aksi atau hal-hal tertentu untuk menyelesaikan masalah.
4. Dukungan instrumental. Melibatkan bantuan nyata atau praktis yang secara langsung dapat membantu seseorang yang membutuhkan.
5. Dukungan Jaringan Sosial (*Network Support*).Jenis dukungan ini diberikan dengan cara membuat kondisi agar seseorang menjadi bagian dari suatu kelompok yang memiliki persamaan minat dan aktivitas sosial. Dukungan jaringan sosial juga disebut sebagai dukungan persahabatan (*Companioship*

Support) yang merupakan suatu interaksi sosial yang positif dengan orang lain, yang memungkinkan individu dapat menghabiskan waktu dengan individu lain dalam suatu aktivitas sosial maupun hiburan.

5. Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Kelompok Sebaya

Menurut Colarossi dan Eccles (2000), menjelaskan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kelompok sebayaantara lain:

- a. Laporan anak dari dukungan mereka sendiri
- b. Laporan anak dari dukungan orang tua mereka sendiri
- c. Depresi dan harga diri

Selain itu, berbagai alasan yang menjadikan remaja membuat kelompok-kelompok (persahabatan) didasari oleh beberapa hal, antara lain :

1. Proksimitas remaja cenderung bergabung dengan remaja lain yang berdekatan. Misalnya, pada siswa yang rumahnya masih bertetangga atau berasal dari sekolah yang sama sebelumnya.
2. Kesamaan sikap, minat atau keyakinan. Para remaja yang mempunyai minat atau keyakinan yang sama cenderung berkelompok.
3. Saling tergantung untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Adanya tujuan bersama menyebabkan beberapa remaja bergabung dalam satu kelompok.
4. Dukungan timbal balik yang positif dan kenikmatan berafiliasi. Kelompok dapat memberi dukungan yang positif bagi remaja serta membuat remaja merasa memiliki afiliasi. Hal ini dapat menghindarkan remaja dari kesepian.
5. Dukungan emosional. Kelompok juga dapat memberi dukungan emosional kepada anggotanya.

6. Identitas sosial. Keanggotaan remaja dalam kelompok membuat remaja memiliki identitas.

Bagi remaja persahabatan adalah bentuk hubungan yang harus dimiliki pada masa kehidupan mereka, karena hal itu sangat penting dan dianggap sangat mempengaruhi diri remaja dalam menemukan identitas dirinya. Keberadaan remaja dilingkungan nya akan terasa dihargai ketika memiliki sebuah kelompok dan dari kelompok tersebut dapat muncul rasa percaya diri dan dorongan untuk maju.

C. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Davies (dalam Casmini, 2007) menjelaskan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi dirinya sendiri dan orang lain, membedakan satu emosi dengan lainnya dan menggunakan informasi tersebut untuk menuntun proses berpikir dan berperilaku seseorang. Daniel Goleman (dalam Hariwijaya, 2005) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional pada diri remaja adalah :

- a. Kemampuan remaja untuk mengenali emosi pribadinya sehingga tahu kelebihan dan kekurangannya.
- b. Kemampuan remaja untuk mengelola emosi tersebut.
- c. Kemampuan remaja untuk memotivasi dan memberikan dorongan untuk maju kepada diri sendiri.
- d. Kemampuan remaja untuk mengenal emosi dan kepribadian orang lain.



e. Kemampuan remaja untuk membina hubungan dengan teman secara baik.

Jika kita memang mampu memahami dan melaksanakan kelima wilayah utama kecerdasan emosional tersebut, maka berteman dengan siapapun berada di lingkungan manapun dan apapun yang kita lakukan akan lebih berpeluang berjalan mulus.

John Mayer (dalam Lawrence E. Shapiro, 1997) untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan remaja.

Kualitas-kualitas tersebut antara lain adalah :

- a. Empati
- b. Mengungkapkan dan memahami perasaan
- c. Mengendalikan amarah
- d. Kemandirian
- e. Kemampuan menyesuaikan diri
- f. Disukai
- g. Kemampuan memecahkan masalah antarpribadi
- h. Ketekunan
- i. Kesetiakawanan
- j. Keramahan
- k. Sikap terhormat



Dari pembahasan diatas dapat di simpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah jenis kecerdasan yang fokusnya memahami, mengenali, merasakan, mengelola dan memimpin perasaan sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadi dan sosial. Remaja sangat

penting untuk memiliki kecerdasan dalam memahami, mengenali, meningkatkan, mengelola dan memimpin motivasi diri sendiri dan orang lain agar dapat mengoptimalkan fungsi energi, informasi, hubungan dan pengaruh bagi pencapaian-pencapaian tujuan yang dikehendaki dan ditetapkan. Remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat mengelola emosi untuk menangani perasaan agar perasaan tersebut dapat terungkap dengan tepat.

Bagi remaja memotivasi diri sendiri merupakan kemampuan untuk menata emosi diri sendiri yang digunakan sebagai alat pencapaian tujuan yang dikehendaki. Mengenali emosi orang lain atau empati merupakan kemampuan untuk mengetahui keadaan perasaan orang lain. Sehingga remaja akan mampu beradaptasi, mampu menghargai, menerima kritik dan pendapat orang lain dan mampu menerima perubahan dalam lingkungan atau lingkup kelompok sebaya nya. Hal yang penting dalam pembinaan hubungan ini adalah kemampuan untuk memahami emosi orang lain dan kemudian bertindak bijaksana berdasarkan pemahaman tersebut, serta kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara tepat kepada orang lain.

2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman (2005) aspek-aspek kecerdasan emosional menurut Salovey yang menempatkan kecerdasan pribadi Gardner yang mencetuskan aspek-aspek kecerdasan emosional sebagai berikut :

- a. Mengenali emosi diri. Mengenali emosi diri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Aspek mengenali

emosi diri terjadi dari kesadaran diri, penilaian diri, dan percaya diri. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosi, para ahli psikologi menyebutkan bahwa kesadaran diri merupakan kesadaran seseorang akan emosinya sendiri.

- b. Mengelola emosi. Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Memotivasi diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu, memotivasi diri sendiri adalah salah satu kunci keberhasilan. Mampu menata emosi guna mencapai tujuan yang diinginkan. Kendali diri secara emosi, menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan di segala bidang.
- c. Mengenali emosi orang lain. Kemampuan mengenali emosi orang lain sangat bergantung pada kesadaran diri emosi. Empati merupakan salah satu kemampuan mengenali emosi orang lain, dengan ikut merasakan apa yang dialami oleh orang lain. Menurut Goleman (2005) kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan empati seseorang. Remaja yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi dan mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan oleh orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.
- d. Membina hubungan dengan orang lain. Kemampuan membina hubungan sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain.

Keterampilan ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang yang dapat membina hubungan dengan orang lain akan sukses dalam bidang apapun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain.

Emosi memainkan peranan utama dalam kehidupan remaja, maka seorang remaja harus memiliki kestabilan emosi guna menuju kehidupan yang efektif. Remaja yang mengekspresikan emosinya dengan meledak-ledak dan kurang memiliki emosi yang stabil dikhawatirkan akan menimbulkan konflik baik pada dirinya maupun orang-orang disekitarnya.

Menurut Saarni (Santrock, 2007) di masa remaja, individu cenderung lebih menyadari siklus emosionalnya, seperti perasaan bersalah karena marah. Kesadaran akan siklus emosionalnya dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam mengatasi emosi-emosinya ke orang lain. Sebagai contoh, remaja menjadi menyadari pentingnya menutupi rasa marah dalam relasi sosial. Remaja juga lebih memahami kemampuan mengkomunikasikan emosi-emosinya secara konstruktif dapat meningkatkan kualitas relasi mereka.

Mampu mengenali emosi dalam diri sendiri dan memahami emosi orang lain dalam situasi tertentu akan membuat remaja mampu menyesuaikan diri terhadap sebuah kelompok sebaya atau relasi dengan orang lain di lingkungan. Dengan terkendalinya emosional remaja maka hal itu dapat mensukseskan kehidupan remaja di masa perkembangannya.

Menurut Goleman (2005) ada tujuh unsur kemampuan anak yang berkaitan erat dengan kecerdasan emosional adalah :

- a. Keyakinan. Perasaan kendali dan penguasaan seseorang terhadap tubuh, perilaku, dan dunia, perasaan anak bahwa ia lebih cenderung berhasil daripada tidak dalam apa yang dikerjakannya, dan bahwa orang-orang dewasa akan bersedia menolong.
- b. Rasa ingin tahu. Perasaan bahwa menyelidiki sesuatu itu bersifat positif dan menimbulkan kesenangan.
- c. Niat. Hasrat dan kemampuan untuk berhasil, dan untuk bertindak berdasarkan niat itu dengan tekun, ini berkaitan dengan perasaan terampil, perasaan efektif.
- d. Kendali diri. Kemampuan untuk menyesuaikan dan mengendalikan tindakan dengan pola yang sesuai dengan usia suatu rasa kendali batiniah.
- e. Keterkaitan. Kemampuan untuk melibatkan diri dengan orang lain berdasarkan pada perasaan saling memahami.
- f. Kecakapan berkomunikasi. Keyakinan dan kemampuan verbal untuk bertukar gagasan, perasaan dan konsep dengan orang lain. Ini ada kaitannya dengan rasa percaya pada orang lain dan kenikmatan terlibat dengan orang lain, termasuk orang dewasa.
- g. Kooperatif. Kemampuan untuk menyeimbangkan kebutuhannya sendiri dengan kebutuhan orang lain, termasuk orang dewasa.

Apabila unsur-unsur di atas dapat terpenuhi dengan baik, akan mempermudah remaja untuk mencapai keberhasilan dalam menguasai,

mengelola emosi dan memotivasi diri yang berkaitan erat dengan kecerdasan emosional.

3. Faktor-faktor Kecerdasan Emosional

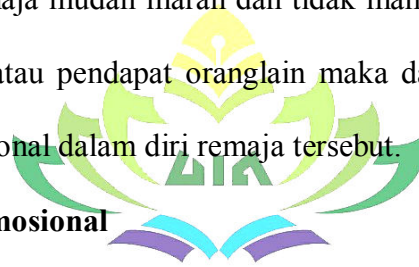
Kecerdasan emosional juga akan dipengaruhi oleh beberapa faktor penting penunjangnya. Menurut Goleman (dalam Casmini, 2007) ada faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi kecerdasan emosional antara lain :

- a. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri remaja. Setiap manusia akan memiliki otak emosional yang di dalamnya terdapat sistem saraf pengatur emosi atau lebih dikenal dengan otak emosional. Otak emosional meliputi keadaan amigdala, neokorteks, sistem limbik, lobus prefrontal dan keadaan lain yang lebih kompleks dalam otak emosional.
- b. Faktor eksternal adalah faktor pengaruh yang berasal dari luar diri remaja. Faktor eksternal kecerdasan emosional adalah faktor yang datang dari luar dan mempengaruhi perubahan sikap. Pengaruh tersebut dapat berupa perorangan atau secara kelompok. Perorangan mempengaruhi kelompok atau kelompok mempengaruhi perorangan. Hal ini lebih memicu pada lingkungan.

Setiap remaja akan memiliki kecerdasan emosional yang berbeda-beda. Ada yang rendah, sedang maupun tinggi. Dapsari (dalam Casmini, 2007) mengemukakan ciri-ciri kecerdasan emosional yang tinggi antara lain :

- a. Optimal dan selalu berpikir positif pada saat menangani situasi-situasi dalam hidup. Seperti menangani peristiwa dalam hidupnya dan menangani tekanan-tekanan masalah pribadi yang dihadapi.
- b. Terampil dalam membina emosi. Terampil di dalam mengenali kesadaran emosi diri dan ekspresi emosi dan kesadaran emosi terhadap orang lain.
- c. Optimal pada kecakapan kecerdasan emosi meliputi : intensionalitas, kreativitas, ketangguhan, hubungan antar pribadi, ketidakpuasan konstruktif.
- d. Optimal pada emosi belas kasihan atau empati, intuisi, kepercayaan, daya pribadi, dan integritas.
- e. Optimal pada kesehatan secara umum kualitas hidup dan kinerja yang optimal.

Maka semakin remaja mampu mengendalikan emosi, mampu memahami orang lain dan memiliki empati maka remaja memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Begitupun ketika remaja mudah marah dan tidak mampu menghargai, tidak ingin mendengarkan kritik atau pendapat oranglain maka dapat dikatakan bahwa rendahnya kecerdasan emosional dalam diri remaja tersebut.



4. Kategori Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosionalremaja dapat pula dikategorikan seperti halnya kecerdasan inteligensi. Tetapi kategori tersebut hanya dapat diketahui setelah seseorang melakukan tes kecerdasan emosi. Adapun ciri-ciri seseorang dikatakan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi apabila ia secara sosial mantap, mudah bergaul dan jenaka. Tidak mudah takutatau gelisah, mampu menyesuaikan diri dengan beban stres. Memiliki

kemampuan besar untuk melibatkan diri dengan orang-orang atau permasalahan, untuk mengambil tanggung jawab dan memiliki pandangan moral. Kehidupan emosional mereka kaya, tetapi wajar, memiliki rasa nyaman terhadap diri sendiri, orang lain serta lingkungannya (Goleman, 2005)

Seseorang dikatakan memiliki kecerdasan emosi rendah apabila seseorang tersebut tidak memiliki keseimbangan emosi, bersifat egois, berorientasi pada kepentingan sendiri. Tidak dapat menyesuaikan diri dengan beban yang sedang dihadapi, selalu gelisah. Keegoisan menyebabkan seseorang kurang mampu bergaul dengan orang-orang disekitarnya. Tidak memiliki penguasaan diri, cenderung menjadi budak nafsu dan amarah. Mudah putus asa dan tengelam dalam kemurungan (Goleman, 2005)

D. Peran Dukungan Kelompok Sebaya dan Kecerdasan Emosional Dalam

Mengembangkan Resiliensi Pada Remaja

1. Peran Dukungan Kelompok Sebaya dan Kecerdasan Emosional Terhadap Resiliensi Pada Remaja



Telah diketahui bahwa daya lentur (resiliensi) merupakan kapasitas manusiawi yang dimiliki seseorang dan berguna untuk menghadapi, memperkuat diri, atau bahkan mengubah kondisi kehidupan yang tidak menyenangkan (trauma) menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Orang-orang yang resilien mampu mengambil hikmah dibalik kegagalan, dan mereka menggunakan kegagalannya untuk membangun cita-cita yang lebih tinggi (Desmita, 2005).

Menurut Grotberg sebagaimana dikutip Desmita (2010), kapasitas seseorang untuk menjadi resilien bukanlah jatah yang ditentukan secara genetik, melainkan dapat dipelajari daripada diturunkan. Setiap orang mampu mengajari diri masing-masing untuk menjadi resilien karena resiliensi berada dalam kontrol emosi masing-masing. Namun, sebagian dari remaja sulit menangani perubahan yang sering terjadi dalam satu waktu dan mungkin membutuhkan bantuan untuk menghadapi bahaya di sepanjang jalan.

Maka dari itu dalam meningkatkan jiwa resiliensi remaja akan sangat mampu mengontrol dirinya ketika memiliki kecerdasan emosional. Menurut Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2001) kecerdasan emosional merupakan kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai masalah atau tantangan yang muncul dalam hidupnya. Seligman (dalam Goleman, 2001) mengungkapkan bahwa individu yang cerdas emosinya akan bersikap optimis, bahwa segala sesuatu dalam kehidupan dapat teratasi kendati ditimpa kemunduran atau frustrasi. Remaja berada pada periode perkembangan yang banyak mengalami masalah pertumbuhan dan perkembangan khususnya menyangkut dengan penyesuaian diri terhadap tuntutan lingkungan dan masyarakat serta orang dewasa.

Masa remaja menghadirkan banyak tantangan, karena banyaknya perubahan yang harus dihadapi mulai dari perubahan fisik, psikologis, biologis, dan sosial. Proses-proses perubahan penting akan terjadi dalam diri remaja jika perubahan-perubahan ini mampu dihadapi secara adaptif dan dengan sukses. (Kathryn dan David Geldard, 2011).

Patton (1998) Individu yang memiliki kecerdasan emosional akan mampu menghadapi tantangan dan mempertahankan semangat hidup. Seiring dengan masa perkembangan remaja tentu akan banyak melewati hal-hal sebagai pengalaman dan dengan begitu remaja harus mampu belajar memahami emosi dalam diri dan orang-orang disekitar, karena inilah salah satu upaya remaja agar dapat mengontrol diri dari pengaruh negatif dari teman sebaya maupun lingkungan.

Harlock (2000) menyatakan bahwa masa remaja dianggap sebagai usia yang menimbulkan ketakutan dan berbagai masalah, banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai, namun sayangnya, banyak juga anggapan negatif mengenai remaja. Stereotip remaja yang menyatakan bahwa remaja adalah individu yang tidak rapi, tidak dapat dipercaya, dan cenderung berperilaku merusak. Terlebih remaja masa kini lebih banyak menghadapi tuntutan dan harapan demikian juga bahaya dan godaan yang lebih kompleks dibandingkan dengan tuntutan yang dihadapi remaja generasi lalu.

Dalam menghadapi badai perkembangan, tidak sedikit remaja yang berhasil mengatasi berbagai rintangan, hal ini bertentangan dengan stereotip remaja yang dianggap sebagai orang yang sangat tertekan dan tidak kompeten. Mereka menjadikan berbagai rintangan dan kegagalan sebagai peluang dan tantangan untuk bangkit meraih keberhasilan. Dalam upaya untuk saling menguatkan, remaja membutuhkan dukungan serta bantuan orang lain, umumnya mereka membentuk kelompok sebaya untuk saling berbagi bersama, dan pada akhirnya berhasil melaksanakan tugas-tugas perkembangan secara wajar. (Desmita, 2010)

Pentingnya relasi teman sebaya dikalangan remaja membuat mereka membentuk kelompok sebaya. Teman sebaya merupakan anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang sama. Interaksi teman sebaya dengan usia yang sama memainkan peran yang unik di kalangan remaja. Dari kelompok teman sebaya, remaja menerima umpan balik mengenai kemampuan mereka. Remaja belajar tentang apakah apa yang mereka lakukan lebih baik, sama baiknya, atau bahkan lebih buruk dari apa yang dilakukan remaja lain. Pengaruh teman sebaya dapat menjadi positif dan negatif. (Santrock, 2003)

Beberapa penelitian menyatakan bahwa teman sebaya dan kecerdasan emosional merupakan faktor yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan pada masa-masa remaja. Berdasarkan kenyataannya remaja dalam masyarakat modern seperti sekarang ini menghabiskan sebagian waktunya bersama teman sebaya mereka dan juga emosi yang labil tidak terkontrol. Pembentukan hubungan persahabatan remaja dan emosi pada remaja erat kaitannya dengan perubahan aspek-aspek pengendalian psikologis yang berhubungan dengan kecintaan pada diri sendiri dan munculnya konflik.

Desmita (2005) menjelaskan studi-studi kontemporer tentang remaja, bahwa hubungan yang positif dengan teman sebaya diasosiasikan dengan penyesuaian yang positif. Bahkan dalam studi lain ditemukan bahwa hubungan teman sebaya yang harmonis selama remaja, dihubungkan dengan kesehatan mental yang positif pada usia setengah baya.

Keeratan, keterbukaan dan perasaan senasib yang muncul diantara sesama remaja, dapat menjadi peluang bagi mereka untuk memfasilitasi perkembangan

remaja. Konformitas teman sebaya dapat berdampak positif dan negatif. Jadi, agar interaksi antar siswa (remaja) dapat berdampak positif dan dapat memberikan dukungan dalam mengembangkan resiliensi, maka remaja perlu bantuan orang dewasa lainnya, seperti orang tua dan guru dan masyarakat sekitar. (Desmita, 2005).

Setelah memaparkan keterkaitan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi, dalam mempersiapkan penelitian ini terlebih dahulu penulis mempelajari beberapa buku, skripsi dan jurnal yang terkait dengan penelitian ini. Hal ini dilakukan sebagai dasar acuan dan pembuktian atas teori yang mereka kemukakan.

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan skripsi ini adalah :

Dalam beberapa penelitian sebelumnya bahwa penelitian yang dilakukan oleh Setyowati dkk (2010) diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada siswa penghuni Rumah Damai, sehingga semakin tinggi kecerdasan emosional maka semakin tinggi resiliensi, begitu pula sebaliknya. Pada penelitian ini telah didapatkan hasil bahwa kecerdasan emosional menjadi salah satu pengaruh dalam meningkatkan resiliensi pada diri sendiri.

Kemudian dari penelitian yang telah dilakukan oleh Agustina dan Irma (2009), hasil penelitian yang diperoleh bahwa adanya korelasi antara *attachment* pada ayah dan penerimaan kelompok sebaya dengan resiliensi dari siswa laki-laki di SMPN 2 Bekasi. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan resiliensi seseorang remaja dipengaruhi oleh kedekatannya dengan ayah serta penerimaan kelompok

sebayanya. Jika ayah tidak banyak terlibat dalam kehidupan anaknya dan remaja tersebut tidak memiliki kemampuan untuk diterima oleh lingkungan sebayanya, maka ia akan sulit menyikapi permasalahan secara positif dan pada akhirnya mudah patah semangat dalam menghadapi setiap kesulitan.

Sedangkan penelitian selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Iqbal (2001) Penelitian tersebut dilakukan pada remaja yang bersekolah di Yayasan Pendidikan Himmata (Sekolah bagi anak jalanan dan masyarakat miskin kota) dengan sampel berjumlah 146 orang. Hasil yang diperoleh dalam penelitiannya yaitu ada hubungan yang signifikan antara religiusitas, *self esteem* dengan resiliensi pada remaja di Yayasan Himmata.

Dari beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan banyaknya aspek yang mampu meningkatkan resiliensi pada remaja, tidak hanya dukungan sosial, *self esteem*, dan religiusitas namun dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional pun tentunya akan menjadi salah satu aspek yang juga mampu meningkatkan resiliensi pada diri remaja.

Winfield (2004) mengingatkan bahwa resiliensi lebih dipelajari melalui interaksi sosial yang positif. Remaja pada fenomenanya membutuhkan perhatian dan rasa nyaman ketika mereka menghadapi masalah, butuh orang yang mau mendengarkannya penuh simpati, serius, dan memberikan kesempatan untuk berbagi kesulitan dan perasaan seperti rasa marah, takut, cemas, dan keraguan.

Hasil penelitian Gottman (1997) menunjukkan fakta bahwa pentingnya kecerdasan emosional dalam berbagai aspek kehidupan. Dengan

mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif dalam meningkatkan resiliensi. Kecerdasan emosional dibutuhkan dalam mengembangkan resiliensi pada diri remaja dalam menghadapi berbagai macam tantangan dan hambatan dalam kehidupan pada masa perkembangannya. Sebab resiliensi memungkinkan remaja untuk dapat mengatasi segala kesulitan yang dihadapi sehingga dapat pulih dengan kondisi psikologis yang lebih baik.

Maka demikian dari beberapa hal yang diuraikan diatas bahwa peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja.

E. Kerangka Berpikir



Remaja sebagai masa perkembangan yang begitu rentan dan bergejolak, dituntut mampu menjadi diri yang lebih matang dalam beradaptasi ketika dalam

menghadapi suatu permasalahan. Resiliensi yang menjadi konstruk psikologi menggambarkan bagaimana pola adaptasi itu sangat dibutuhkan agar remaja dapat keluar dari tekanan-tekanan dalam kehidupannya sehingga dapat menjadi individu yang resilien. Kemudian, dalam hal ini banyaknya faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi yang dikemukakan oleh para tokoh psikologi seperti dukungan kelompok sebaya.

Dukungan kelompok sebaya memiliki peran penting bagi remaja karena bahwasannya remaja memiliki keinginan untuk diterima di dalam kelompoknya. Maka hal apapun yang dilakukan oleh teman cenderung remaja ada keinginan untuk menirunya. Menjadi sebuah alasan bahwa remaja akan belajar menjadi teman yang memiliki kemampuan dan perasaan sensitif terhadap hubungan yang lebih dekat dan akrab dengan menciptakan hubungan persahabatan yang akrab dengan teman sebaya yang selalu bersama.

Dengan begitu hubungan persahabatan menjadi sangat penting bagi remaja guna mendapatkan dukungan untuk bertahan terhadap stres ataupun tekanan dan mampu menghadapi serta menyelesaikan setiap permasalahan yang ada secara positif. Kemudian faktor lain seperti kecerdasan emosional, dimana dengan memiliki kecerdasan emosional remaja akan memiliki kemampuan dalam memahami, mengenali perasaan atau emosi dalam dirinya sendiri dan orang lain. Dapat mengendalikan perasaannya sendiri serta mampu menjalin hubungan dengan teman ataupun orang lain dan mampu memotivasi diri untuk menjadi lebih baik.

Selanjutnya masih ada faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi seperti empati, efikasi diri atau *self esteem*. Namun, dari banyaknya faktor tersebut penulis

ingin mengetahui sejauh mana pengaruh dari dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional terhadap resiliensi dalam penelitian ini.

Maka dari itu terdapat kerangka hubungan dengan dua variabel bebas terhadap variabel terikat yakni antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi. Dimana dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional ini akan menjadi faktor yang berperan penting terhadap keberhasilan seorang remaja dalam menghadapi berbagai rintangan atau kesulitan sehingga remaja dapat terus meningkatkan daya lentur individu atau resiliensi dirinya.

F. Hipotesis

Dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah pernyataan atau jawaban bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti kenyataannya. Sehubungan dengan hal tersebut, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

1. Hipotesis Mayor

Ada hubungan yang signifikan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja.

2. Hipotesis Minor

- a. Ada hubungan antara dukungan kelompok sebaya dengan resiliensi pada remaja.
- b. Ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Adapun variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah variabel terikat yaitu variabel yang disebabkan atau dipengaruhi oleh suatu variabel lain dan variabel bebas yaitu variabel yang dapat mempengaruhi variabel lain (Whitley, 2001).

1. Variabel Terikat : Resiliensi
2. Variabel Bebas I : Dukungan Kelompok Sebaya
3. Variabel Bebas II : Kecerdasan Emosional

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan diri untuk bangkit dari kesengsaraan atau kesulitan dalam hidup. Menjadi remaja yang resilien harus mampu meningkatkan aspek-aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) yaitu regulasi emosi, optimis, empati dan efikasi diri dengan begitu remaja mudah mengembalikan kondisi psikologisnya dengan baik.

Kemudian variabel resiliensi diukur menggunakan skala resiliensi dengan model likert dan terdapat dua jenis aitem di dalam skala ini yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan kisaran skor yang bergerak dari 1-4. Maka dengan begitu semakin tinggi hasil skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat resiliensi. Sebaliknya semakin rendah hasil skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat resiliensi.

2. Dukungan kelompok sebaya

Dukungan kelompok sebaya merupakan sebuah dukungan yang diberikan kepada individu / teman untuk saling berbagi dan memberi bantuan. Apabila remaja dapat meningkatkan aspek-aspek dukungan kelompok sebaya menurut House (dalam Glanz dkk.,2008) yang terdiri dari 5 (lima) aspek yaitu dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial. Maka, akan adanya dorongan, semangat serta tanggung jawab bersama di antara remaja melalui persahabatan / *gang*.

Kemudian variabel dukungan kelompok sebaya akan diukur menggunakan skala dukungan kelompok sebaya dengan model likert dan terdapat dua jenis aitem di dalam skala ini yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan kisaran skor yang bergerak dari 1-4. Semakin tinggi hasil skor yang diperoleh maka dukungan kelompok sebaya yang dimiliki individu semakin tinggi. Sebaliknya semakin rendah hasil skor yang diperoleh maka dukungan kelompok sebaya yang dimiliki individu semakin rendah.

3. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi dirinya sendiri dan orang lain. Kecerdasan emosional dapat diukur menggunakan alat ukur Emotional Question Inventory (EQI) yang disusun Bar-On dan alat ukur ini terdiri dari 5 dimensi yaitu *Self Awareness* (kesadaran diri), *Self Control* (kontrol diri), *Self Motivation* (memotivasi diri), *Empathy* (empati/mengenal emosi), dan *Social Skill* (keterampilan sosial).



Remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai masalah dan tantangan dalam hidupnya. Begitupun sebaliknya dengan remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah tidak akan mampu mengatasi masalah atau tantangan dalam hidupnya. Adapun aspek-aspek dalam kecerdasan emosional menurut Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2007) terdapat 4 (empat) aspek yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain.

Kemudian variabel kecerdasan emosional ini akan diukur menggunakan skala kecerdasan emosional dengan model likert dan terdapat dua jenis aitem di dalam skala ini yaitu *favorable* dan *unfavorable* dengan kisaran skor yang bergerak dari 1-4. Maka dengan begitu semakin tinggi hasil skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional pada remaja. Sebaliknya semakin rendah hasil skor yang diperoleh maka semakin rendah tingkat kecerdasan emosional pada remaja.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut Matsumoto (2009), populasi adalah sejumlah sekumpulan individu yang berada di antara area tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI di SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Adapun tabel populasi penelitian sebagai berikut:

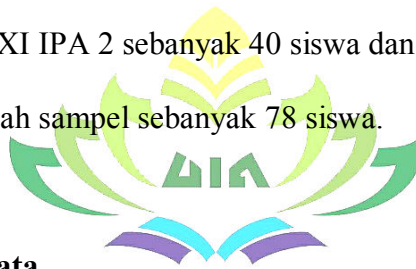


Tabel 4.
Populasi Penelitian
Siswa SMA Gajah Mada Bandar Lampung

Kelas	Jurusan	Laki-Laki	Perempuan	Jumlah
XI	IPA 1	14	23	37
XI	IPA 2	12	28	40
XI	IPS 1	20	18	38
XI	IPS 2	18	19	37

2. Sampel

Sampel adalah sebuah proses menentukan beberapa individu dari suatu populasi (Matsumoto, 2009). Teknik pengambilan sampel yang dipilih dalam penelitian ini adalah *Cluster Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan satuan-satuan sampel yang tidak terdiri dari individu-individu melainkan dari kelompok-kelompok individu atau *cluster* (Hadi, 2000). Pengambilan sampel dilakukan dengan cara merandom seluruh kelas XI yang memiliki empat kelas dengan jurusan IPA dan IPS yang masing-masing memiliki dua kelas. Kelas yang terpilih menjadi subjek penelitian yaitu kelas XI IPA 2 sebanyak 40 siswa dan XI IPS 1 sebanyak 38 siswa. Jadi, keseluruhan jumlah sampel sebanyak 78 siswa.



D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan untuk mendapatkan data dan informasi yang relevan dan terkait dengan permasalahan yang diambil dalam penelitian ini adalah menggunakan skala. Skala merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengirimkan suatu daftar pertanyaan kepada responden untuk diisi dengan jujur, sungguh-sungguh dan menurut keyakinan pribadi masing-masing berdasarkan pengalaman (Hadi, 2001).

Bentuk skala yang digunakan adalah skala likert. Menurut Azwar (2016) Skala likert terdiri dari sejumlah pernyataan dan responden harus menjawab pernyataan tersebut dengan memilih empat alternatif jawaban terdiri dari pernyataan *favorable* atau pernyataan yang mendukung indikator, memihak, atau menunjukkan adanya ciri atribut yang diukur dan skornya bergerak dari sangat setuju (SS=4), setuju (S=3), tidak setuju (TS=2), dan sangat tidak setuju (STS)=1). Sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan yang sifatnya tidak mendukung indikator, memihak, atau menggambarkan ciri atribut yang diukur dan skornya bergerak dari sangat tidak setuju (STS=4), tidak setuju (TS=3), setuju (S=2), dan sangat setuju (SS=1).

Adapun skala yang digunakan sebagai alat ukur untuk mengumpulkan data yaitu :

1. Skala Dukungan Kelompok Sebaya

Skala dukungan kelompok sebaya merupakan skala yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana dukungan kelompok sebaya yang dimiliki remaja. Skala ini disusun berdasarkan tiga aspek menurut House (dalam Glanz dkk., 2008) yaitu dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan jaringan sosial. Item skala dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini :

Tabel 1.***Blue Print Aspek Dukungan Kelompok Sebaya***

	Aspek	No Item		Jumlah butir
		Favorable	Unfavorable	
	Dukungan emosional	1,4, 7, 10, 5, 8	2, 6, 3, 9	10
	Dorongan instrumental	11, 12, 23, 16, 20, 25	13, 14, 17, 49	10
	Dukungan informasi	21, 15, 18, 24, 19, 28	22, 26, 27, 48	10
	Dukungan penghargaan	29, 32, 35, 43, 46, 50	30, 40, 31, 34	10
	Dukungan Jaringan Sosial atau Dukungan Persahabatan	33, 36, 37, 41, 39, 45, 47	38, 42, 44	10
TOTAL		31	19	50

2. Skala Kecerdasan Emosional

Skala kecerdasan emosional merupakan skala yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana kecerdasan emosional yang dimiliki oleh remaja sehingga remaja akan mampu mengendalikan emosi dirinya sendiri dan mengenali emosi orang lain. Skala ini disusun berdasarkan 4(empat)aspek menurut Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2007) yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan.

Tabel 2.***Blue Print Aspek Kecerdasan Emosional***

	Aspek	No Item		Jumlah butir
		Favorable	Unfavorable	
	Mengenali emosi diri	1, 8, 5, 10, 42, 3, 43, 44	2, 6, 4, 7, 41	13
	Mengelola emosi	12, 15, 16, 14,	13, 18, 17, 22,	13

		21, 26, 23, 27	28	
	Mengenali emosi orang lain	24, 33, 19, 36, 20, 30	9, 31,34, 29, 37, 25, 38	13
	Membina hubungan dengan orang lain	32, 11,39,46, 45, 47, 48	35, 40, 49, 50	11
	TOTAL	29	21	50

3. Skala Resiliensi

Skala resiliensi merupakan skala yang digunakan untuk mengetahui sejauh mana kemampuan diri remaja dalam menanggapi dan mengatasi permasalahan. Skala ini disusun berdasarkan 4 (empat) aspek menurut Reivich & Shatte (2002) yaitu regulasi emosi, optimis, analisis penyebab masalah dan efikasi diri.

Tabel 3.

Blue Print Aspek Resiliensi

	Aspek	No Item		Jumlah butir
		Favorable	Unfavorable	
	Regulasi emosi	1, 6, 11, 2, 7, 14, 3, 8, 19	15, 23, 25, 21, 24, 51	15
	Optimis	4, 9, 12, 17, 20, 5, 10, 26	13, 22, 32, 52, 53, 54, 55	15
	Analisis penyebab masalah	16, 27, 31, 40, 42, 28, 41, 18, 56, 59	38, 47, 48, 45, 58	15
	Efikasi diri	29, 34, 36, 39, 30, 44, 46, 57, 60	33, 49, 35, 43, 37, 50	15
	TOTAL	36	24	60

E. Validitas dan Reliabilitas Alat Pengumpulan Data

1. Validitas

Menurut Azwar (2011) Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Pada penelitian ini terdapat dua skala yang akan digunakan yaitu skala dukungan kelompok sebaya dan resiliensi. Untuk memperkuat alat ukur maka pada pengukuran ini kedua skala tersebut akan di uji menggunakan validitas isi (*content validity*). Validitas isi adalah validitas yang diperhitungkan melalui pengujian terhadap isi alat ukur dengan analisis rasional. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validitas ini adalah sejauh mana aitem-aitem dalam suatu alat ukur mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur oleh alat ukur yang bersangkutan atau berhubungan dengan representasi dari keseluruhan kawasan.

Suatu skala atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila instrumen tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Sedangkan tes yang memiliki validitas rendah akan menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran. Untuk menghitung validitas aitem yaitu menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson* (Azwar, 2007)

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran dengan alat tersebut dapat dipercaya. Hasil pengukuran harus reliabel dalam artian harus memiliki tingkat konsistensi dan kemantapan. Azwar (2011) mengatakan reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas (r_{xx}) yang angkanya berada dalam rentang angka dari 0 sampai dengan 1. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1 berarti semakin tinggi reliabilitas, sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya. Kemudian bahwa yang akan dianalisa reliabilitasnya hanya aitem yang dinyatakan valid. Dalam penelitian ini uji reliabilitas yang dipakai adalah uji *AlphaCronbach* (α). (Hadi, 1991)

F. Metode Analisis Data

Analisis data penelitian dilakukan agar data yang sudah diperoleh dapat dibaca dan ditafsirkan. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi dua prediktor (*Multiple Regression*). Analisis regresi adalah teknik statistik parametric yang dapat digunakan untuk yang pertama, menggandakan peramalan atau prediksi besarnya variasi yang terjadi pada variabel Y berdasarkan variabel X. Kedua, menentukan bentuk hubungan antara variabel X dengan variabel Y. Ketiga, menentukan arah dan besarnya koefisien korelasi antara variabel X dengan variabel Y (Winarsunu, 2015).

Uji analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus dua prediktor (*Multiple Regression*) yang digunakan untuk menguji pertautan dua

prediktor X_1 dan X_2 dengan variabel terikat Y . Pada penelitian ini X_1 yaitu variabel dukungan kelompok sebaya, X_2 yaitu variabel kecerdasan emosional dan Y yaitu variabel resiliensi (Winarsunu, 2015).



BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Yayasan Pendidikan Gajah Mada adalah merupakan suatu lembaga yang mengelola khususnya bidang pendidikan. Yayasan Gajah Mada saat ini telah mengelola 3 (tiga) sekolah yaitu : Sekolah Menengah Pertama (SMP) Gajah Mada, Sekolah Menengah Atas (SMA) Gajah Mada, dan Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Gajah Mada.

Pendiri Yayasan Gajah Mada adalah :

1. H. Kuryani (Alm)
2. Mat Tjik (Alm)
3. Hj. Salamah

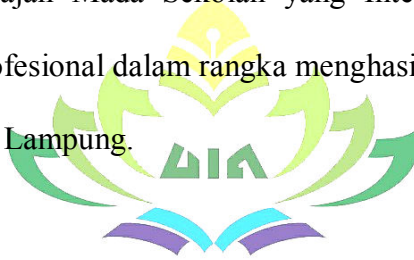
Yang juga termasuk perintis berdirinya Yayasan Gajah Mada yaitu sumbangsih dari pemikiran Bapak I.N. Adi jaya, Drs.Faqih Wira Atmaja, M. Jimo, dan Drs. Ragil Sukadis. Berdirinya Yayasan Gajah Mada pada tanggal 19 Mei 1983 dengan Akte Notaris 72 Tahun 1983. Untuk pertama kalinya Yayasan Gajah Mada menyelenggarakan proses belajar mengajar pada Tahun Ajaran 1983/1984 dengan izin operasional SMP Nomor A37442.a/R/1986 Tanggal 12 Agustus dan SMA Gajah Mada Nomor A37442/1.12/R/1986. Pada Tahun 1987, Yayasan Gajah Mada mendirikan SMEA Gajah Mada dengan Surat keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI. Nomor 4111.12 BI/4/1990.

Setelah beberapa tahun berlangsung proses belajar mengajar berjalan, sejak berdirinya tahun 1983 jenjang status sekolah dari status TERDAFTAR berubah kejenjang yang lebih tinggi menjadi status DIAKUI. SMP Gajah Mada menjadi status DIAKUI sejak Tahun 1989 dengan Surat Keputusan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Kantor Wilayah Provinsi Lampung Nomor 109997/1.12/1988. SMU Gajah Mada menjadi status DIAKUI sejak Tahun 1989 dengan Surat Keputusan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Kantor Wilayah Provinsi Lampung Nomor 001/Kep/I/1989. Pada Tahun 1992 SMU Gajah Mada Bandar Lampung menjadi status DISAMAKAN. Pada Tahun 1990 SMEA Gajah Mada menjadi status DIAKUI dengan Keputusan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Pendidikan dan Kebudayaan.

Adapun Visi Misi SMA Gajah Mada Bandar Lampung :

a. Visi

Menjadikan SMA Gajah Mada Sekolah yang Entrepreneurship, Kreatif, Bermutu, Berprestasi dan Profesional dalam rangka menghasilkan siswa-siswi yang imtaq dan IPTEK di Provinsi Lampung.



b. Misi

1. Menghasilkan siswa-siswi yang berjiwa wirausaha agar mereka mempunyai *(life skill)* di bidangnya masing-masing
2. Menghasilkan siswa-siswi yang unggul dan kreatif baik intrakurikuler maupun ekstrakurikuler
3. Menghasilkan mutu dan prestasi belajar siswa-siswi baik ujian sekolah maupun ujian nasional

4. Meningkatkan pemahaman warga sekolah tentang pelaksanaan kurikulum sekolah
5. Meningkatkan professional guru dan karyawan
6. Melengkapi sekolah dengan sarana dan prasarana yang memadai
7. Menghasilkan siswa-siswi yang beriman dan bertaqwa yang mampu mengembangkan diri di era globalisasi
8. Menghasilkan siswa-siswi yang menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi

2. Persiapan Penelitian

Bagian persiapan penelitian ini membahas tentang langkah-langkah yang dilakukan sebelum penelitian, meliputi orientasi tempat penelitian, perizinan, persiapan alat pengumpulan data, uji coba alat, pengujian validitas dan reliabilitas alat ukur.

Penelitian ini dilakukan di SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Proses perizinan untuk melaksanakan penelitian diajukan melalui surat permohonan izin penelitian yang di terbitkan oleh Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik (KESBANGPOL) Nomor : 070/470/III/VII.01/2018 tanggal 26 Februari 2018. Penelitian dilakukan setelah mendapatkan izin dari Kepala Sekolah SMA Gajah Mada Bandar Lampung Bapak Maryadi Saputra, S.E.,M.M. pada tanggal 17 April 2018 dan penelitian langsung dilaksanakan keesok harinya. Penulis menyiapkan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian yaitu skala Dukungan Kelompok Sebaya, Kecerdasan Emosional dan Resiliensi.

B. Pelaksanaan Penelitian

Sebelum dilakukannya penelitian, skala yang telah disusun dikonsultasikan dengan dosen pembimbing dan dilakukannya beberapa kali revisi untuk kemudian skala di periksa atau di lakukan validitas tampang(*face validity*) oleh beberapa dosen di UIN Raden Intan lampung yang menguasai bidang psikologi sosial, perkembangan dan juga yang menguasai metode penelitian kuantitatif. Skala penelitidisetujui sehingga dapat dijadikan sebuah alat ukur dalam penelitian ini. Namun, hasil konsultasi didapatkan bahwa pada penelitian ini akan dilaksanakan dengan menggunakan uji terpakai karena adanya kendala waktu dimana pihak sekolah memberi izin untuk penelitian hanya dalam waktu satu hari dan subjek hanya dapat di temui dalam waktu yang singkat. Maka dari itu peneliti menggunakan uji terpakai dimana subjek menjadi uji coba sekaligus sebagai subjek penelitian.

Langkah selanjutnya adalah pelaksanaan penelitian dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 April 2018. Pengisian skala Dukungan Kelompok Sebaya, Kecerdasan Emosional Dan Resiliensi dilakukan di SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Pada penelitian ini, penulis menggunakan uji coba terpakai, dimana uji coba alat dan penelitian dilaksanakan secara bersamaan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung, sedangkan sampel



penelitiannya adalah siswa-siswi kelas XI IPA 2 dan XI IPS 1 di SMA Gajah Mada Bandar Lampung yang berjumlah 78 orang.

2. Pelaksanaan Skoring

Setelah semua data terkumpul penulis melakukan skoring atau penilaian. Penilaian pada skala Dukungan Kelompok Sebaya, Kecerdasan Emosional dan Resiliensi yang terdiri dari 4 alternatif jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skoring atau penilaian menggunakan sistem bertingkat terhadap 4 alternatif jawaban yang disediakan dalam setiap item dengan ketentuan apabila subjek memilih pernyataan yang tergolong *favorable* maka nilai yang diberikan dari 4 - 1, sebaliknya apabila subjek memilih alternatif jawaban yang tergolong *unfavorable* maka nilai pernyataan yang diberikan dari 1 - 4. Setelah dilakukan skoring pada setiap item dari masing-masing subjek selanjutnya disusun dalam bentuk tabulasi data yang telah ditentukan untuk diuji validitas dan reliabilitasnya serta uji hipotesis.



Penelitian dilakukan di SMA Gajah Mada Bandar Lampung melibatkan 78 subjek yang diambil menggunakan teknik *cluster random sampling* yaitu suatu teknik pengambilan satuan-satuan sampel yang tidak terdiri dari individu-individu melainkan dari kelompok-kelompok individu atau *cluster* (Hadi, 2000). Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling* dilakukan dengan cara merandom seluruh kelas XI yang memiliki empat kelas dengan jurusan IPA dan IPS yang masing-masing memiliki dua kelas. Kelas yang terpilih menjadi

subjek penelitian yaitu kelas XI IPA 2 sebanyak 40 siswa dan XI IPS 1 sebanyak 38 siswa. Jadi, jumlah keseluruhan subjek adalah 78 siswa.

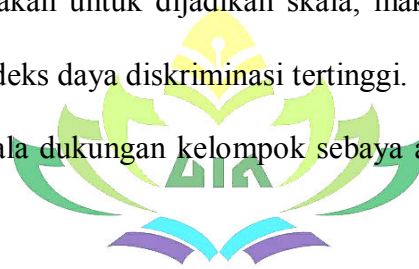
Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan kelompok sebaya, skala kecerdasan emosional dan skala resiliensi. Skala dukungan kelompok sebaya terdiri dari 50 item yang disusun oleh peneliti, demikian pula dengan skala kecerdasan emosional yang terdiri dari 50 item dan skala resiliensi yang terdiri dari 60 item yang demikian juga disusun oleh peneliti.

1. Uji Instrumen

a. Uji Validitas Instrumen

Uji Validitas item terhadap skala dukungan kelompok sebaya, skala kecerdasan emosional dan resiliensi dilakukan menggunakan teknik korelasi *product moment*. Menurut Azwar (2007), apabila item yang memiliki indeks daya diskriminasi sama dengan atau lebih besar daripada 0,30 jumlahnya melebihi jumlah item yang direncanakan untuk dijadikan skala, maka kita dapat memilih item-item yang memiliki indeks daya diskriminasi tertinggi.

Uji validitas item skala dukungan kelompok sebaya akan dijelaskan dalam tabel berikut :



Tabel 5.

Uji Validitas Skala Dukungan Kelompok Sebaya

	Aspek	Item semua	Item gugur	Item valid	Koefisien Korelasi item-total
	Dukungan emosional	10	1	9	0,322 – 0,600
	Dorongan instrumental	10	1	9	0,302 – 0,679
	Dukungan informasi	10	0	10	0,387 – 0,626
	Dukungan penghargaan	10	1	9	0,371 – 0,804

Dukungan Jaringan Sosial atau Dukungan Persahabatan	10	0	10	0,450 – 0,723
TOTAL	50	3	47	0,302 – 0,804

Berdasarkan tabel analisis butiran terhadap skala dukungan kelompok sebaya diatas, terdapat 3 item yang gugur dari 50 keseluruhan dan terdapat 47 item yang dinyatakan valid. Sebaran koefisien korelasi item-total (*Corrected Item-Total Correlation*) item skala dukungan kelompok sebaya bergerak dari 0,302 sampai dengan 0,804 dengan taraf signifikansi $p > 0,05$.

Uji Validitas item skala Kecerdasan Emosional di jelaskan dalam tabel berikut :

Tabel 6.
Uji Validitas Skala Kecerdasan Emosional

Aspek	Item semua	Item gugur	Item valid	Koefisien Korelasi item-total
Mengenali emosi diri	13	2	11	0,378 – 0,660
Mengelola emosi	13	1	12	0,466 – 0,763
Mengenali emosi orang lain	13	3	10	0,357 – 0,732
Membina hubungan dengan orang lain	11	3	8	0,307 – 0,512
TOTAL	50	9	41	0,307 – 0,763

Berdasarkan tabel analisis butiran terhadap skala kecerdasan emosional diatas, terdapat 9 item yang gugur dari 50 keseluruhan dan terdapat 41 item yang dinyatakan valid. Sebaran koefisien korelasi item-total (*Corrected Item-Total Correlation*) item skala kecerdasan emosional bergerak dari 0,307 sampai dengan 0,763 dengan taraf signifikansi $p > 0,05$.

Uji Validitas item skala Resiliensi di jelaskan dalam tabel berikut :

Tabel 7
Uji Validitas Skala Resiliensi

	Aspek	Item semua	Item gugur	Item valid	Koefisien Korelasi item-total
	Regulasi emosi	15	1	14	0,368 – 0,791
	Optimis	15	0	15	0,330 – 0,813
	Analisis penyebab masalah	15	2	13	0,311 – 0,701
	Efikasi diri	15	2	13	0,305 – 0,682
	TOTAL	60	5	55	0,305 – 0,791

Berdasarkan tabel analisis butiran terhadap skala resiliensi diatas, terdapat 5 item yang gugur dari 60 keseluruhan dan terdapat 55 item yang dinyatakan valid. Sebaran koefisien korelasi item-total (*Corrected Item-Total Correlation*) item skala resiliensi bergerak dari 0,305 sampai dengan 0,791 dengan taraf signifikansi $p > 0,05$.

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Berdasarkan perhitungan menggunakan aplikasi SPSS diketahui bahwa koefisien reliabilitas alpha (*Cronbach's alpha*) pada skala dukungan kelompok sebaya adalah 0,855 sedangkan koefisien reliabilitas alpha (*Cronbach's alpha*) pada skala kecerdasan emosional adalah 0,817 dan koefisien reliabilitas alpha (*Cronbach's alpha*) pada skala resiliensi adalah sebesar 0,959 Hal ini dapat dikatakan bahwa ketiga skala tersebut dinyatakan reliabel menurut Prayitno (2010), koefisien reliabilitas skala yang kurang dari 0,6 di nilai kurang baik, koefisien reliabilitas 0,7 dapat diterima, sedangkan 0,8 sangat baik.

Tabel 8.

Reliabilitas Skala Dukungan Kelompok Sebaya

Case Processing Summary		
	N	%
Valid	40	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.855	50

Tabel 9.

Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional

Case Processing Summary		
	N	%
Cases Valid	40	100.0
Excluded ^a	0	.0
Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.817	50

Tabel 10.
Reliabilitas Skala Resiliensi

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	40	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	40	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.959	60



2. Deskripsi Data

Data yang terkumpul dari proses penelitian dapat dianalisis lebih lanjut. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian dapat diuraikan mengenai nilai mean, minimum, maksimum dan standar deviasi. Data empirik dan penghitungan skor hipotetik dari ketiga skala, secara rinci dapat dilihat pada tabel 11 dibawah ini.

Tabel 11.
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Σ Aitem	Skor empiric				Skor Hipotetik			
		Min	Maks	M	SD	Min	Maks	μ	σ
Dukungan Kelompok Sebaya	47	109.00	188.00	141.76	13.69	47	188	122	24
Kecerdasan Emosional	41	88.00	163.00	123.52	13.07	41	164	107	21
Resiliensi	55	140.00	165.00	171.12	15.96	55	220	143	28

Keterangan :

1. Skor minimal (Xmin) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
2. Skor maksimal (Xmaks) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.
3. Rerata hipotetik (μ) dengan rumus $\mu = \text{jumlah aitem} \times \text{skor tengah}$
4. Standar deviasi (σ) hipotetik adalah : $\sigma = (\text{skor maks} - \text{skor min}) : 6$

Berdasarkan hasil dari deskripsi data penelitian, maka dapat dilakukan pengkategorisasian skor pada ketiga variabel. Kategorisasi didasarkan pada nilai mean hipotetik dan standar hipotetik pada masing-masing variabel yang secara terperinci dapat dilihat pada tabel 12 berikut ini :

Tabel 12.

Kategorisasi Nilai Variabel Resiliensi

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$165 \leq X$	53	68%
Sedang	$110 \leq X < 165$	25	32%
Rendah	$X < 110$	0	0%
Jumlah		78	100%

Berdasarkan kategorisasi skor di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi mayoritas kelompok penelitian berada pada kategori tinggi (68% dari 78

subjek).Kategorisasi dan frekuensi pada skala dukungan kelompok sebaya dapat dilihat pada tabel 13.

Tabel 13.

Kategorisasi Nilai Variabel Dukungan Kelompok Sebaya

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$141 \leq X$	36	46%
Sedang	$94 \leq X < 141$	42	54%
Rendah	$X < 94$	0	0%
Jumlah		78	100%

Berdasarkan kategorisasi skor di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan kelompok sebaya mayoritas kelompok penelitian berada pada kategori sedang (54% dari 78 subjek).Kategorisasi dan frekuensi pada skala kecerdasan emosional dapat dilihat pada tabel 14.

Tabel 14.

Kategorisasi Nilai Variabel Kecerdasan Emosional

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	%
Tinggi	$123 \leq X$	35	45%
Sedang	$82 \leq X < 123$	43	55%
Rendah	$X < 82$	0	0%
Jumlah		78	100%

Berdasarkan kategorisasi skor di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional mayoritas kelompok penelitian berada pada kategori sedang (55% dari 78 subjek).

3.Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian terhadap hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang dijelaskan sebagai berikut :

a. Uji Asumsi

Uji asumsi atau uji prasyarat harus dilakukan terhadap sampel untuk mengetahui normal tidaknya sebaran. Uji asumsi skala dukungan kelompok sebaya, kecerdasan emosional dan resiliensi dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas sebaran, uji linieritas dan uji *multikolinirity* yang masing-masing dijelaskan sebagai berikut :

1) Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk menguji apakah variabel terdistribusi secara normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogrov-Smirnov Test*. Hasil analisis uji normalitas diperoleh hasil sebaran skor dukungan kelompok sebaya K-S $Z = 1,384$ dan $(p) = 0,143$ ($p > 0,05$), skor kecerdasan emosional K-S $Z = 1,118$ dan $(p) = 0,164$ ($p > 0,05$), sedangkan untuk sebaran skor resiliensi K-S $Z = 1,161$ dan $(p) = 0,135$ ($p > 0,05$). Dari hasil analisis tersebut dapat di asumsikan bahwa skor pada variabel dukungan kelompok sebaya & kecerdasan emosional dan resiliensi adalah normal.

Tabel 15.
Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			Resiliensi	Dukungan Kelompok Sebaya	Kecerdasan Emosional
N			78	78	78
Normal Parameters ^a	Mean		171.128	141.769	123.525
	Std. Deviation		2	2	6
Most Extreme Differences	Absolute		.131	.157	.127
	Positive		.131	.104	.127
	Negative		-.130	-.157	-.083
	Kolmogorov-Smirnov Z		1.161	1.384	1.118
Asymp. Sig. (2-tailed)			.135	.143	.164

a. Test distribution is Normal.

		Resiliensi	Dukungan Kelompok Sebaya	Kecerdasan Emosional
N		78	78	78
Normal Parameters ^a	Mean	171.128	141.769	123.525
	Std. Deviation	2	2	6
Most Extreme Differences	Absolute	15.9604	13.6960	13.0799
	Positive	7	7	0
	Negative	.131	.157	.127
Kolmogorov-Smirnov Z	Positive	.131	.104	.127
	Negative	-.130	-.157	-.083
		1.161	1.384	1.118
Asymp. Sig. (2-tailed)		.135	.143	.164

2) Uji Linieritas

Uji linieritas hubungan bertujuan untuk mengetahui kelinieran hubungan variabel tergantung dengan variabel bebas. Jika kedua variabel tersebut memiliki hubungan linier maka dapat dilanjutkan dengan regresi linier, tetapi jika tidak maka menggunakan uji lain yang sesuai dengan bentuk hubungan kedua variabel tersebut. berikut tabel 16 adalah hasil uji linieritas antara dukungan kelompok sebaya dengan resiliensi.



Tabel 16.
Uji Linierity Dukungan Kelompok Sebaya dan Resiliensi

ANOVA Table					
Resiliensi * Dukungan Kelompok Sebaya	Between Groups	(Combined)	Sum of Squares	Mean Square	F
			17877.668	715.107	21.407
		Linearity	13837.275	13837.275	414.230

	Deviation from Linearity	4040.393	168.350	5.040
	Within Groups	1737.050	33.405	
	Total	19614.718		

Berdasarkan hasil uji linieritas di atas di peroleh nilai F untuk *Linierity* 414.230 dengan $p=0,000$ sehingga diketahui $p<0,05$ jadi dapat dikatakan bahwa hubungan antara dukungan kelompok sebaya dengan resiliensi dinyatakan linier. Sedangkan untuk uji linieritas antara kecerdasan emosional dengan resiliensi dapat dilihat di tabel 17 berikut :

Tabel 17.
Uji Linierity Kecerdasan Emosional dan Resiliensi

ANOVA Table					
Resiliensi * Kecerdasan Emosional	Between Groups	(Combined)	Sum of Squares	Mean Square	F
			17267.801	639.548	13.625
		Linea rity	14046.028	14046.028	299.244
		Devia tion from Linea rity	3221.773	123.914	2.640
		Within Groups	2346.917	46.938	
	Total		19614.718		

Berdasarkan hasil uji linieritas di peroleh nilai F untuk linieritas 299.244 dengan $p=0,000$ sehingga diketahui $p<0,05$ jadi dapat dikatakan

bahwa hubungan antara kecerdasan emsional dengan resiliensi dinyatakan linier.

b. Uji *Multikolinierity*

Uji *Multikolinierity* adalah keadaan dimana terjadi hubungan linier yang sempurna atau mendekati sempurna antara variabel bebas dalam analisis regresi (Priyatno, 2010). Variabel bebas dinyatakan memiliki *problem multikolinierity* apabila memiliki nilai *Value Inflation Factor* (VIF) di bawah 5 ($VIF < 5$). Berdasarkan uji menggunakan SPSS diketahui bahwa kedua variabel bebas tersebut tidak memiliki problem multikolinieritas karena memiliki nilai $VIF = 3.827$. Hasil uji multikolinieritas disajikan dalam tabel berikut :

Tabel 18.

Hasil Uji *Multikolinierity* dapat dilihat pada tabel berikut :

		Coefficients ^a				Correlations		Collinearity Statistics	
Model		Unstandardized Coefficients	Std. Error	Standardized Coefficients	Beta				
	(Constant)		9.347						
	Dukungan Kelompok Sebaya		.128	.431					

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menggunakan teknik *multiple regression analysis* atau analisis regresi berganda dua prediktor dalam aplikasi SPSS, diketahui bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja. Hal ini dapat dilihat dari uji hipotesis, dimana didapatkan ($R = 0,874$; $p = 0,000$) sangat signifikan yang berarti ada hubungan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja di SMA Gajah Mada Bandar Lampung.

Hasil uji hipotesis ini sesuai dengan kerangka teori yang telah diuraikan sebelumnya bahwa ada hubungan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja. Asumsi dalam penelitian ini adalah ketika remaja mendapatkan dukungan kelompok sebaya dan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka resiliensi pada remaja itu juga akan tinggi, dan sebaliknya ketika remaja memiliki dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional yang rendah maka resiliensi pada diri remaja tersebut akan rendah pula.

Pengujian hipotesis selanjutnya diperoleh nilai $r_{x1-y} = 0,840$ dengan nilai $p = 0,000$ dimana ($p < 0,01$), dengan demikian terdapat adanya hubungan yang sangat signifikan antara dukungan kelompok sebaya dengan resiliensi pada remaja di SMA Gajah Mada Bandar Lampung.

Dukungan kelompok sebaya adalah suatu sistem pemberian dan penerimaan bantuan dengan rasa hormat, tanggung jawab bersama, dan kesepakatan bersama

yaitu melalui dukungan, persahabatan, empati, saling berbagi, dan saling memberi bantuan Mead dkk, (2001). Ketika seorang remaja dapat membangun relasi yang baik dengan teman-teman sebayanya dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, maka hal ini akan menjadikan remaja lebih percaya diri dan mampu menjalin pertemanan yang baik dengan saling membantu satu sama lain.

Selanjutnya hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja di SMA Gajah Mada Bandar Lampung diperoleh $r^2 = 0,846$ dengan $p = 0,000$ dimana ($p < 0,01$) berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja di SMA Gajah Mada Bandar Lampung.

Hasil uji hipotesis ini juga sesuai dengan kerangka teori yang telah diuraikan sebelumnya. asumsi dalam penelitian ini adalah ketika remaja memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka resiliensi pada remaja juga tinggi, begitupun sebaliknya ketika remaja memiliki kecerdasan emosi yang rendah maka resiliensi yang dimiliki remaja juga rendah.

Kecerdasan emosional adalah jenis kecerdasan yang fokusnya memahami, mengenali, merasakan, mengelola dan memimpin perasaan sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadi dan sosial. Ketika seorang remaja memiliki kecerdasan emosional maka ia akan dapat mengelola emosi untuk menangani perasaan agar perasaan tersebut dapat terungkap dengan tepat. Remaja yang memiliki kecerdasan emosional tidak hanya memahami perasaan dirinya sendiri namun juga mampu memahami perasaan dan emosional orang lain sehingga

seorang remaja akan dapat mudah beradaptasi, menghargai pendapat orang lain dan menerima segala kritik apapun dari orang lain.

Mengaplikasikan kecerdasan emosional dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademis, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain, dan meningkatkan resiliensi. Individu yang resilien itu sendiri tidak terlibat dalam perilaku yang negatif karena mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tiap perilakunya dan membuat keputusan yang benar.

Dukungan kelompok sebaya sangat memiliki peran penting dalam proses sosialisasi maupun interaksi individu terutama dalam kelompok sebaya remaja. Adapun pengaruh dukungan kelompok sebaya tidak hanya berdampak negatif akan tetapi juga dapat berdampak positif. Dalam upaya untuk saling menguatkan, remaja membutuhkan dukungan serta bantuan orang lain, cenderung mereka akan membentuk suatu kelompok sebaya untuk saling berbagi bersama, saling memberi dorongan dan saling menguatkan ketika dalam menghadapi permasalahan.

Dukungan kelompok sebaya di dalam kehidupan remaja sangat menjadi faktor yang kuat untuk membangkitkan resiliensi dalam diri remaja. Dimana resiliensi akan menjadikan masa perkembangan remaja menjadi proses yang baik menuju sikap kedewasaan.

Di dalam agama Islam pun membahas terkait dengan jiwa resiliensi pada diri setiap manusia. Islam mengajarkan kepada semua manusia bahwa hanya orang-orang yang mampu bangkit kembali yang akan mendapat kesenangan dari Allah sebagai balasan atas keberhasilannya menghadapi cobaan. Bahwasanya dapat kita

pahami resiliensi dalam Islam merupakan kewajiban, dengan memiliki resiliensi berarti seorang hamba telah teruji keimanannya dan ketangguhannya sebagai seorang muslim.

Allah berfirman dalam QS. Alam Nasyrah ayat 6 yang berbunyi :

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Artinya : “Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”

Dari firman Allah diatas menunjukkan bahwa manusia didorong untuk memiliki ketahanan dan daya lentur setelah mendapatkan masalah, karena sesungguhnya setiap masalah selalu ada jalan keluar dan Allah menguji hamba-Nya untuk menjadi manusia yang tangguh. Keimanan seseorang belum dikatakan tangguh jika belum teruji melalui masalah, cobaan dan godaan lainnya merupakan sebuah ujian keimanan dan ketaqwaan seorang hamba kepada Allah SWT.

Demikianlah berdasarkan hasil uraian penelitian di atas dapat diberikan sumbangan efektif variabel dukungan kelompok sebaya terhadap resiliensi pada remaja di SMA Gajah Mada Bandar Lampung sebesar 36%. Hasil tersebut diperoleh dari perkalian antara *Beta* di *Standardized Coefficients* (0,431) dengan *Zero-order* (0,840) dalam kolom *Correlations* dengan hasil 0,362 yang kemudian dikalikan 100 maka diperoleh 36,20% atau 36%.

Besarnya sumbangan efektif kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja di SMA Gajah Mada Bandar Lampung sebesar 40%. Hasil tersebut diperoleh dari perkalian antara *Beta* di *Standardized Coefficients* (0,476) dengan *Zero-order* (0,846) dalam kolom *Correlations* dengan hasil 0,402 yang kemudian dikalikan 100 maka diperoleh 40,26 % atau 40%.

Hasil analisis yang telah diuraikan diatas diketahui variabel dukungan kelompok sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 36,20% dan kecerdasan emosional memberikan sumbangan efektif sebesar 40,26% dari 76,46% kontribusi pengaruh yang diberikan kedua variabel tersebut kepada resiliensi, selebihnya sebesar 23,54% disebabkan oleh faktor-faktor lainnya diluar dari penelitian ini seperti empati, efikasi diri dan *self esteem*.

Dari penelitian ini ternyata kecerdasanemosional memberikan sumbangan yang lebih besar dibandingkan dengan dukungan kelompok sebaya. Menurut Patton (1998) individu yang memiliki kecerdasan emosional akan mampu menghadapi tantangan dan mempertahankan semangat hidup sehingga dari besarnya sumbangan efektif yang diperoleh dapat diartikan bahwa seorang remajayang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka akan dapat mengenali emosi dirinya sehingga dapat lebih mudah mengendalikan diri dalam situasi apapun misal dalam keadaan terpuruk sekalipun.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. $R_{x1.2-y} = 0,874$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan kelompok sebaya dan kecerdasan emosional dengan resiliensi pada remaja dan kedua variabel tersebut memberikan sumbangan efektif sebesar 76,46%.
2. $r_{x1-y} = 0,840$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan kelompok sebaya dengan resiliensi pada remaja, sumbangan efektif yang diberikan sebesar 36,20%.
3. $r_{x2-y} = 0,846$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi dan memberikan sumbangan efektif sebesar 40,26%.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Kepada remaja diharapkan agar lebih mampu beradaptasi dan memahami emosi diri sendiri maupun orang lain sehingga dapat menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya maka dengan begitu remaja akan saling memotivasi dan membantu dalam kesulitan apapun.
2. Bagi pendidik diharapkan lebih mampu memberikan dorongan kepada para siswa agar dapat menjalin hubungan dalam kelompok teman sebaya dengan

memberikan tugas-tugas yang membuat para siswa saling bekerjasama sehingga menjadikan kelompok yang kompak, saling memahami, mendukung dan membantu dalam kondisi apapun.

3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan agar meneliti hubungan antara resiliensi dengan faktor-faktor lain yang diduga berpengaruh atau memiliki hubungan seperti faktor empati, *self esteem* maupun efikasi diri.



DAFTAR PUSTAKA

- Andi Mappiare. (2011). *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, Edisi Ke-2. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Azwar, Saifuddin. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Edisi Ke-4. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Anne Dell, Collen. (2005). “Resiliency and Holistic In Halant Abuse Treatment”,(Canada: *Journal of Aboriginal Health*)
- Abramson, L. Y., Seligman, M. E. P., & Teasdale, J. D. (1978). Learned helplessness in human: critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*, 87, 49-74. doi:10.1037/0021-843X.87.1.49.
- Arnett, Jeffrey Jensen. (2006). *International encyclopedia of adolescence: A-J, index, Volume 1*. Taylor & Francis.
- Al-Quran dan terjemahannya
- Benard, Bonie.(2009). “Fostering Resiliency in Kids: Protective Factors in the Family, School, and Community”, (*Journal of Western Regional Center Drug-Free Schools and Communities*)
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Dariyo, Agoes. (2004).*Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia. Hlm. 102-103.
- Ekasari, Agustina dan Andriyani, Zesi. (2013). Pengaruh Peer Group Support dan Self Esteem Terhadap Resiliensi pada Siswa SMAN Tambun Utara Bekasi. *Jurnal Soul* vol 6. no 1.
- Everall, Robin. D. Althrows, K. Jesicca & Paulson, Barbara. L. (2006). Creating a Future: A Study of Resilience in Suicidal Female Adolescent. *Journal of Counseling and Development*, DOI: 10.1002/j.1556-6678.2006.tb00430.x.

- Feldman, D. (2000). Parent's convergence on sharing and marital satisfaction, father involvement and parent-child relationship at the transition to parenthood. *Journal of Infant Mental Health*, 21, 176-191.
- Gottman, J. & DeClaire, J. 1997. *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional*. Alih Bahasa: T. Hermaya. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. 2001. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Alih Bahasa: Widodo, A.T. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- G, Lissa. Colarossi and Jacquelynne S. Eccles. (2000). A Prospective Study of Adolescents' Peer Support: Gender Differences and The Influence of Parental Relationship (*Journal of Youth Adolescence*, Vol. 29, No. 6). Hal. 664-665.
- Gunawan, Eko. (2014). *Islam dan resiliensi*. Retrieved February, 18. 2016, from <http://ekookeg.blogspot.co.id/2014/01/islam-dan-resiliensi.htm>
- Hadi, S. (2001). *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi.
- Hurlock, E. (2000). *Development Psychology A life-Span Approach*, Edisi Ke-6, alih bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Henderson, N., Milstein, M.M. (2003). *Resilience In Schools: Making It Happen For Student and Educators*. CA: Corwin Press.
- Iqbal, Muhammad. (2001). Hubungan Antara Self Esteem dan Religiusitas Terhadap Resiliensi Pada Remaja di Yayasan Himmata. Jakarta: Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Kathryn dan David Geldard. (2011). *Konseling Remaja: Pendekatan Proaktif Untuk Anak Muda*, alih bahasa oleh Eka Adi Nugraha, (Yogyakarta: P Pelajar)
- Kemala Nasution, Indri. (2007). Perilaku Merokok Remaja. *Jurnal Universitas Sumatera Utara Medan*.
- Lazarus, Amber. (2004). "Relationships Among Indicators of Child and Family Resilience and Adjustment", (America: *The Emory Center for Myth and Ritual in American Life*, No. 36)
- Matsumoto, David. (2009). *Metode Penelitian Dalam Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mashudi, Farid. (2013). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSoD.

- Mead, Sherry. Hilton, David. Curtis, Laurie. 2001. Peer Support: A Theoretical Perspective. Posted 21 Feb 2012.
- Mead, Sherry and MacNeil, Cheryl. (2005). Peer Support: A Systemic Approach. Hal. 2-3.
- Mulia, Lamda Octa. (2014). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Tingkat Resiliensi Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Universitas Riau*. Volume 1.no 2.
- Naution ,Sri Mulyani. (2011). Resiliensi (Daya Pegas Menghadapi Trauma Kehidupan). Medan: *Jurnal USU Press*).
- Nisfianoor, M & Kartika, Yuni. 2004. Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Penerimaan Kelompok Teman Sebaya Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Tarumanagara*. Volume 2. No. 2.
- Prayitno, 2010. *Paham Analisis Statistik Data dengan SPSS*. Yogyakarta : Mediakom.
- Risianti., Amie, (2009). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri Pada Remaja di SMA Pusaka 1 Jakarta. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Guna Dharma*.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). The resilience factor:7 Essential skills or overcoming life inevitable obstacles. New York; Broadway Books.
- Santrock, John W. (2007). *Perkembangan Anak* .Edisi Kesebelas, jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Santrock. John W. (2003). *Adolescence*, Edisi Ke-6, alih bahasa Shinto B. Ade| Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga. Hal 199.
- Sarwono, Sarlito W dan Meinarno, Eko A. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Setyowati, Ana. Hartati, Sri & Sawitri, Ratna(2010). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Resiliensi Pada Siswa Penghuni Rumah Damai. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*.
- Solomon, Phyllis . (2004). Peer Support / Peer Provided Services Under Processes, Benefits, and Critical Ingredients. *Psychiatric Rehabilitation Journal*. Posted 20 Feb 2012.
- Supratiknya, A. 2000. *Statistik Psikologi*. Jakarta : PT.Grasindo

Tohirin. (2007). *Bimbingan dan Konseling Sekolah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Tribun Lampung. Kasus Pembunuhan Remaja SMA Bandar Lampung. (2016, Maret). Hal. 3.

Tugade, M. M., & Fredrickson, L. B.(2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*,86(2), 320-333.

Ong, D. A., Bergeman, S.C., Bisconti,T.L., & Walles, K.A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and succesful adaptions to stressin later life. *Journal of personality and social psychology*,91(4),730-749.

Winarsunu, Tulus. (2015). *Statistik Dalam Penelitian Psikologi & Pendidikan*. Malang: UMM Press.

Widuri, Erlina Listyanti. (2012). Regulasi Emosi dan Resiliensi Pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Psikologi* Universitas Ahmad Dahlan. Volume. IX. No 2 Hal. 148.

SumberInternet :

(<http://www.detiklampung.com/berita-609-tawuran-pelajar-terjadi-akibat-sms-cewek.html>). 24 Oktober 2013.

(<http://www.infokyai.com/2017/02/kronologis-lengkap-isu-anak-tenar-sma.html>). 22 Februari 2017

